■ Продолжение суда над "УзГоркам" – 27 марта с.2
■ Как убивают спайсы и "марки" с.3
■ Каму пісаў Шаўчэнка ў Горкі? с.7

Телепрограмма + 115 частных объявлений

НАВІНЫ З ГОРАК, ДРЫБІНА І МСЦІСЛАВА Ў АДНОЙ ГАЗЕЦЕ

13 сакавіка 2014 г.
чацвер
№10 (248)

ISSN 2075-941X

УзГорак

цана ў розніцу свабодная

АБЛАСНАЯ АГУЛЬНАПАЛІТЫЧНАЯ ГАЗЕТА. ЗАСНАВАНА Ў КРАСАВІКУ 2009 ГОДА. ВЫХОДЗІЦЬ ПА ЧАЦВЯРГАХ. ЗАСНАВАЛЬНІК І ВЫДАВЕЦ – ПРЫВАТНАЕ ПРАДПРЫЕМСТВА "УЗГОРАК". PDF-АРХІЎ НА САЙЦЕ **HORKI.INFO**

Душ работает, лифт поедет

В старом корпусе Горецкой районной больницы около полугода не работает лифт, а в отделении патологии беременности, размещенном в этом же здании, в течение нескольких месяцев невозможно было нормально помыться.

Получив эту информацию от наших читателей, мы отправились в больницу, чтобы проверить все на собственной шкуре.

Почти привыкли

В больнице на всех этажах возле лифта было пустынно. Однако по лестнице туда-сюда сновали женщины в белых халатах с огромными оранжевыми мешками на спинах. Потихоньку, держась за перила, шли "покурить" и подышать свежим весенним воздухом пациенты терапии. Медленно, останавливаясь через несколько ступеней, чтобы отдышаться, поднималась в свое отделение беременная женщина.

На наш вопрос о неработающем лифте будущая мамочка махнула рукой: "Ой, да не спрашивайте вы про это. Мы тут все уже привыкли, что лифта, по сути, нет. Ползаем сами потихоньку.

Здесь говорят, что он уже где-то с прошлого лета не работает. А сделать вроде к Новому году обещали. Я видела тут рабочих, которые его ремонтируют, значит, сделают когда-нибудь.

Нам-то что – мы полежали немного, да выписались, а вот работников кухни и сестер-хозяек с отделений верхних этажей жалко – они же все необходимое для работы на себе таскают".

Кстати, наши коллеги в программе "Новости "24 часа" на СТВ недавно также обратились к теме лифтов. Оказывается, в Могилевской области более четверти всех лифтов эксплуатируются с превышением установленного срока. Многие из них преодолели 30-летний рубеж.

Неработающие лифты вынуждают людей подниматься на верхние этажи пешком. А работающие увеличивают затраты на обслуживание устаревших моделей.

При этом замена оборудования производится все реже. Однако заменить все отслужившие срок лифты, а их в области около восьми сотен, "Могилевлифт" обязан до 2020 года. Для сравнения, в прошлом году переустановили всего 37, но процесс, что называется, идет.

Мылись в раковинах

Скажу честно: нам трудно было поверить в то, что в районной больнице, в чисто женском отделении на протяжении нескольких месяцев не работал душ. Оказалось – такой факт действительно был.

– Я лежала в отделении патологии беременности в начале февраля, – рассказала нам Наталья, одна из бывших пациенток. – Вода горячая была, поэтому женщины мылись, кто как приспособился. Кто – над унитазом, кто – в раковине. Помыться нормально, полностью было невозможно.

Некоторые девчата пробовали хоть на пару часиков отпроситься домой, но не положено, врачи не отпускали. Знаю, что эта проблема существовала не пару дней. Моя знакомая, рожавшая в августе прошлого года, говорила, что тогда душ уже не работал.

Конечно же, непосредственно в отделение, где беременные женщины сохраняют своих малышей, мы не попали. Но поговорили с теми, кто знает о проблеме не понаслышке.

По словам наших собеседниц, работающих в больнице, дело было так: где-то незадолго до "Дажынак" душевая в отделении была приведена в порядок. Поставили даже новую современную кабину. Все было хорошо, но не долго. Спустя некоторое время, не выдержав интенсивной эксплуатации, поддон кабины проломился, вода стала протекать на пол. Кабину убрали. А раз ее нет – помыться невозможно. Так и обходились пациентки без душа.



Пациенты и персонал Горецкой больницы надеются, что скоро это объявление утратит свою актуальность.

Ближе к концу минувшей зимы работу душа наладили, поставив вместо кабины поддон, который визуально производит впечатление надежного.

– Он уж точно не проломается, вроде из металла какого-то сделан, – улыбаются терпеливые женщины. – Если бы еще шторку там повесили, было бы совсем хорошо. А то, когда моешься, чувствуешь себя неуютно.

Официально

С вопросом о том, когда заработает лифт и будет ли благоустроен душ, мы обратились к **Александру Жилину,** главврачу Горецкой районной больницы.

По словам Александра Дмитриевича, монтаж нового лифта закончен. Он автоматический, работать будет без лифтеров. Буквально в конце текущей недели, или в начале следующей, после процедуры приемки, устройство будет запущено в эксплуатацию.

Лифт уже работает, обкатан, осталось получить официальные документы. У старого подъемника истек срок эксплуатации, поэтому его, согласно плану, заменили на новый.

– Замена лифта – процедура достаточно сложная. Ведь меняли не просто какую-то часть, а все оборудование целиком, внося изменения в конструкцию. Теперь у нас здесь все лифты новые, – отметил главврач.

– Действительно, проблема с душем в отделении патологии была, – продолжил Александр Дмитриевич. – Но теперь там тоже все в порядке. Мы поставили вместо акриловой кабины чугунный поддон, который, думаю, выдержит интенсивные нагрузки. Женщины им пользуются, все нормально.

■ **Галина Будная**

В Могилеве совершена крупная кража драгоценностей из ювелирной мастерской

В Могилеве из ювелирной мастерской в торговом центре "Материк" были украдены золотые украшения на сумму более 140 млн. рублей. Подозреваемый в краже задержан.

Как сообщила БелаПАН официальный представитель УСК по Могилевской области, кража была совершена 9 марта около 17.00. "Продавец мастерской вышла из нее, только закрыв дверь. Сейф с драгоценностями остался открытым. Подозреваемый в преступлении взломал замок в двери и проник в помещение, откуда и похитил золотые украшения", – рассказала Соленюк.

По ее словам, было похищено более 100 золотых изделий, общим весом свыше 600 граммов на сумму, превышающую 140 млн. рублей.

"Благодаря оперативности и правильным действиям органов внутренних дел, следственным действиям, было установлено лицо, подозреваемое в совершении преступления.

Им оказался 31-летний житель Могилевского района, ранее судимый за преступления против собственности", – сообщила представитель УСК.

Оксана Соленюк рассказала, что подозреваемый был задержан 10 марта в одном из игровых клубов Могилева. У него изъята только часть похищенного. Следствие выясняет, где находятся остальные украденные драгоценности.

Возбуждено уголовное дело по статье о краже в особо крупном размере.

■ **Владимир Лапцевич, БелаПАН**

СИТУАЦИЯ

Продолжение суда над "УзГоркам" – 27 марта



Юрист считает иск против "УзГорка" несостоятельным.

Галина Будная больше не отвечает по иску как физическое лицо. В следующий раз из Минска в Горецкий суд приедут представители компании БелаПАН – теперь ответчиками будут и они.

В понедельник 10 марта Горецкий районный суд начал рассмотрение иска председателя Горецкой районной организации Белорусского общества инвалидов (БелОИ) Тамары Колтуновой к областной независимой газете "УзГорак". Истица уверена – издание задело ее честь, достоинство и деловую репутацию. Поэтому Т.Колтунова требует с редакции, кроме всего прочего, 50 000 000 рублей.

Дело в том, что в 2013 году Тамара Колтунова судилась с инвалидами, которых обвиняла в клевете, но суд проиграла. Материалы об этом судебном разбирательстве были подготовлены журналистом компании БелаПАН, опубликованы на сайте компании, а затем размещены в "УзГорке".

Но информация, содержащаяся в статьях, не понравилась Тамаре Колтуновой, что и стало причиной иска.

Поддержать газету к зданию суда пришли журналисты, читатели и инвалиды, о процессе которых ранее писал "УзГорак". Эти люди находились в зале в течении всего судебного заседания.

Первоначально ответчиками по делу проходили главный редактор нашей газеты **Галина Будная** и **Частное торгово-производственное унитарное предприятие "Узгорак",** которое издает газету. В ходе первого судебного заседания было установлено, что Галина Дмитриевна не является надлежащей ответчицей. Но при этом количество ответчиков все равно не изменилось – добавили информационную компанию БелаПАН.

Интересы Галины Будной в процессе представлял юрист ОО "Белорусская ассоциация журналистов" (БАЖ) **Олег Агеев.** Он объяснил пресс-службе ОО "БАЖ", что существует постановление пленума Верховного суда, согласно которому главный редактор СМИ не должен нести ответственности по делам о защите деловой репутации – только СМИ и журналист.

Кроме этого юрист подчеркнул, что не считает иск Т.Колтуновой состоятельным.

"Я считаю, что иск абсолютно несостоятелен, и перепечатанные "УзГорком" материалы БелаПАН были нейтральными", – отметил юрист.

Следующее заседание суда, на которое кроме Т.Колтуновой вызывают Частное предприятие "Узгорак" и ЗАО "БелаПАН" (Минск), назначено на 11 часов 27 марта.

■ Антон Володько

СОБЫТИЯ НЕДЕЛИ

Республиканских "Дажынак" больше не будет?

В Горках, оказывается, прошли одни из последних "Дажынак" национального уровня.

Как сообщила БЕЛТА, праздник тружеников села должен будет изменить свой формат.

Теперь на республиканском уровне чествовать аграриев будут во Дворце Независимости в Минске в начале календарного года.

На областном уровне "Дажынкі" будут проводиться в районных центрах, за исключением городов областного подчинения и тех, где уже проходил фестиваль-ярмарка, что также даст возможность должным образом их благоустроить. На районном – на базе одного из агрогородков.

В Горках "Дажынкі" проходили осенью 2012 года. Большой фоторепортаж можно посмотреть на сайте **horki.info** в материале "Дажынкі-2012. Фотарэпартаж".

■ Подготовил Андрей Боровко

Жители области сдали 36 единиц незарегистрированного оружия

В Могилевской области в рамках спецмероприятия "Арсенал" люди активно избавлялись от военных запасов.

Как сообщает БЕЛТА, граждане были неплохо вооружены и сдали в числе незарегистрированного оружия: "6 единиц нарезного, 18 – гладкоствольного охотничьего, 1 – газового, 11 – иного (пневматическое, обрезы, самодельное и т.д.)"

Кроме этого, люди избавились от 72 единиц зарегистрированного оружия, а также от 6197 единиц различных боеприпасов и более 2 кг взрывчатых веществ.

Кстати, во время проведения мероприятий было выявлено четыре факта незаконных действий в отношении оружия.

■ Подготовил Андрей Боровко

РЕКЛАМА

ПРОИСШЕСТВИЯ

Хотел украсть 48 кг рыбы

В Дрибинском районе из озера крестьянско-фермерского хозяйства пытались похитить рыбу.

Как сообщает областное УВД, в ночь на среду 5 марта в деревне **Тиньковщина** чуть не произошла крупная кража. 49-летний житель **Яськовщины** расставил сети на пруду, принадлежащему крестьянско-фермерскому хозяйству. В них ловкий злоумышленник наудил 42,5 кг карпа, 2,9 кг карася и 2,7 кг щуки. Стоимость улова – 2 094 000 руб.

Однако эта рыбалка для сельчанина закончилась неудачно. Теперь на него заведено уголовное дело.

■ Егор Клишевич

Не успели спасти

На пожаре в **Нивищах** погибла пенсионерка.

Частный дом в Горецком районе запылал 7 марта ночью. Как сообщает МЧС, информация о ЧП поступила в 00:14. Когда спасатели прибыли на место, дом уже горел открытым пламенем.

МЧСовцы обнаружили внутри здания труп 85-летней хозяйки, которая жила одна.

Причина пожара пока устанавливается.

■ Егор Клишевич

Поймали с метадоном

29-летней молодой человек из Горок взят под стражу за незаконный оборот наркотиков.

Согласно сводке областного УВД, в минувший четверг 6 марта правоохранители задержали парня на улице Строителей возле его дома. У молодого человека при себе оказалось 2,039 г метадона. Это наркотик группы опиатов, полученный синтетическим путем.

На следующий день Следственный комитет возбудил уголовное дело по ст. 328 ч. 1 УК "Незаконные без цели сбыта изготовление, переработка, приобретение, хранение, перевозка или пересылка наркотических средств, психотропных веществ либо их прекурсоров или аналогов". Преступление по законодательству "наказывается ограничением свободы на срок до пяти лет или лишением свободы на срок от двух до пяти лет".

Медики считают, что опасности при приеме метадона те же, что и при приеме героина. Он очень быстро вызывает зависимость, способен вызвать передозировку и угнетение дыхательного центра, причем с большей вероятностью, чем героин.

■ Егор Клишевич

ВІНШУЕМ З НАРАДЖЭННЕМ!

ГОРКИ
Валерия Капаева
Марк Газарян
Иван Малашенко
Никита Стельмашук
Варвара Мельникова
Глеб Тишкович

МСТИСЛАВЛЬ
Дарья Пахоменкова
Даниил Длюгов
Дарья Сальникова

ВІНШУЕМ З ВЯСЕЛЛЕМ!

ГОРКИ
Лукашевич Виктор и Молоткова Валентина

СВЕТЛАЯ ПАМЯЦЬ

ГОРКИ
Сироткин Петр Александрович, 1946 г.
Шаршуков Игорь Александрович, 1966 г.
Силаева Людмила Емельяновна, 1938 г.
Глушановская Ольга Андреевна, 1947 г.
Бинкевич Андрей Алексеевич, 1940 г.
Макарчук Валентин Тофилевич, 1960 г.
Лапин Сергей Алексеевич, 1966 г.
Павлюченок Алексей Иванович, 1949 г.

МСТИСЛАВЛЬ
Романенко Владимир Викторович, 1953 г.

В ЦЕНТРЕ ВНИМАНИЯ

Как убивают спайсы и "марки"

Еще два-три года назад мало кто знал эти спайсы. Эти курительные смеси свободно продавались. А сегодня – несколько смертей за последнее время.



Спайс – на вид обычная трава, на самом деле – сильный наркотик.

И еще десятки изуродованных судеб, о чем родные не говорят публично.

Статистика: два из трех преступлений с наркотиками связаны именно со спайсом. "Из страны-транзитера мы превращаемся в страну-потребителя", – прокомментировал министр внутренних дел **Игорь Шуневич.**

Например, в Минске 24-летний парень умер от передозировки. Отдыхала компания. Один из приятелей-программистов предложил купить "марок" и расслабиться. Заказали через интернет. А когда "закинулись", предлагавшему стало плохо: в неадекватном состоянии он выскочил во двор. Пока бегали за ним и вызывали "скорую", в квартире от передозировки скончался второй парень. Программиста же доставили в психбольницу в Новинки.

По официальным данным, от нового психотропа умерли шесть человек.

Что не знают люди, которые поддаются на обманчивую рекламу о якобы легальные и безопасные наркотики?

Быстро привыкаешь

Спайсы – это синтетические курительные смеси. С виду – тот же табак (трава), на который нанесено психоактивное химическое вещество. Оно может быть в десятки раз сильнее конопли или героина. "Марка" – это кусочек бумаги, смоченный в наркотике. Если спайсы курят, то "марки" кладут под язык.

Что их объединяет – вещество, которое в них может использоваться. В последнее время распространяется MDPV (МетиленДиоксиПироВалерон).

Самое безобидное, что происходит с потребителями спайсов и "марок", – "поколбасило" и отпустило. Но для кого-то даже первый раз заканчивается трагически. И если удается избежать смерти, то это не означает, что вы будете нормально жить дальше.

"Слово "спайсы" мы знали раньше, но больных не видели. За прошлый год в отделении было примерно около 35 пациентов с чистыми спайсами – без других зависимостей. Из них 5-7 человек - 16-и 17-летние. Но два года назад со спайсами у нас вообще никого не было! – рассказывает заведующий наркологическим отделением РНПЦ психического здоровья **Владимир Иванов.**

– Это страшный наркотик, так как быстро вызывает зависимость - она вырабатывается примерно так, как и при героине. За месяц эпизодического употребления можно получить зависимость на физиологическом уровне. У меня было несколько пациентов среди бизнесменов средней руки, которые "прокуривали" целые фирмы, бросали семьи. Возникают тяжелые психозы, они плохо лечатся".

Зависимость на всю жизнь

Потребители спайсов и "марок" ошибаются, когда думают, что легко могут отказаться от наркотиков. Они переоценивают свою силу воли. "Любая химическая и даже нехимическая (игровая или компьютерная) зависимость с биологической точки зрения является неизлечимым состоянием.

Мозг помнит удовольствие, которое получал от употребления вещества. Поэтому у человека периодически возникает более или менее сильное желание повторить те ощущения.

И с этим нельзя ничего сделать. Но если человек хочет жить по-другому, изменить жизнь к лучшему, может это сделать путем переучивания и приобретения каких-то новых форм поведения, а также следования так называемой техники безопасности", – отмечает Владимир Иванов.

Но помочь таким людям можно, если у них нет выраженного нарушения психики.

Ведь курительные смеси приводят к слабоумию: у людей возникает безразличие к жизни, исчезают дружеские связи, утрачиваются рабочие навыки. И для таких людей единственный выход - создание специальных приютов, где они могли бы пожизненно находится.

Как заметить?

Потребители спайсов – как правило, молодежь. Участились случаи, когда на них подсаживаются и дети. Могут ли родители определить по поведению, что их любимые и лучшие употребляют наркотики?

"Меняется поведение. Дети начинают обособляться, избегают родителей. Пропадает интерес к учебе и хобби. От детей может исходить странный запах. Начинаются проблемы с памятью, с внимательностью, является раздражительность, нарушение сна, снижается аппетит. И возникает потребность в деньгах, конечно же. "Полка" спайса (на их жаргоне – полграмма) стоит 100-120 тысяч рублей", – замечает Владимир Иванов. И если это все-таки случилось, нужно обращаться к специалистам.

Не дать убиться

Как показывает практика, спайсы и "марки" употребляют в компаниях. Но когда одному из приятелей или приятельниц "срывает крышу", другие теряются и не знают, что делать. От эйфории, которая может сменяться паранойей, под наркотиком люди делают самые неадекватные поступки: лают, ползают, прыгают, кричат, забираются на крышу...

И самое страшное, что они уродуют, а то и убивают сами себя. В таких случаях нужно просто держать, а то и связывать их.

"Буквально вчера я разговаривал с человеком, который был на грани передозировки – он думал, что уже умирает. Как он рассказывал, у него было такое ощущение, что куда-то проваливается, мозг отключается, появляется мысль, что он умирает в кайфе", – рассказывает и.о. заведующего наркологическим отделением Городского клинического наркодиспансера Минска **Андрей Абрамович.**

Передозировка – шаг к смерти. Если вовремя не оказать помощь, человек может впасть в кому. Внешне передоз проявляется в дерганье рук, ног, на лице появляются гримасы – "заметно, что человеку плохо". И выход только один – как можно быстрее вызвать медиков.

А те, кому после передозировки посчастливилось выйти из комы, не в состоянии сами отказаться от наркотиков.

"После комы проводится детоксикация, и далее с пациентом работают на преодоление сильнейшей психологической зависимости. Снять ломку и отмену – это одно, а дальнейшее лечение – это уже дело психолога и психотерапевта", – говорит Андрей Абрамович.

Государство само не справится

"Многие пациенты нуждаются в переходном периоде – от стационара к нормальной жизни. Им нужна групповая поддержка.

С моей точки зрения, нужно создавать бесплатные группы самопомощи для потребителей наркотиков. Это важная работа, которая не выполняется и не поддерживается государством. Фактически единственное общественное объединение, активно и много лет бесплатно помогающее наркоманам, курильщикам "Пробуждение", – находится на грани исчезновения.

В условиях, когда нас накрывает очередной вал наркотизации, должны быть подключены все такие общественные объединения. Государство само не справится, нужно участие населения в профилактических и реабилитационных программах. А у нас правительство до сегодня не приняло даже положение о реабилитационном центре для наркологических больных", – отметил Владимир Иванов.

■ Сергей Макаревич, NN.BY

КАМПАНИЯ

Агитировать за свои - не спешат?

На местных выборах кандидатами в депутаты были зарегистрированы более 22 000 человек, но только 670 из них открыли счета для оплаты расходов на агитацию.

Информация о тех кандидатах, которые готовы тратить на выборы не только бюджетные, но и свои деньги, опубликована на сайте ОАО "АСБ "Беларусбанк".

Именно там можно открывать избирательные счета. Пополнить счет может не только сам кандидат, но и граждане и организации.

Кто смелый?

По состоянию на 10 марта кандидатами из Горецкого и Дрибинского районов таких счетов было открыто всего 10, а из Мстиславского – ни одного.

Свои избирательные фонды создали кандидаты в Могилевский областной Совет депутатов от Горецкого района: **Андрей Михайлович Божко, Борис Николаевич Парчевский и Виталий Николаевич Сидюк.**

Кандидаты в Горецкий районный Совет: **Михаил Федорович Андриянов и Раиса Павловна Миронова.**

В Могилевский областной Совет депутатов от Дрибинского района – **Дмитрий Николаевич Абазовик и Владимир Михайлович Кривицкий.**

В Дрибинский районный Совет депутатов – **Юрий Геннадьевич Денисевич, Петр Иванович Панасюга** и **Андрей Николаевич Юрков.**

Зачем это нужно?

Формирование избирательных фондов кандидатами в депутаты впервые возможно на местных выборах.

Связано это с последними поправками в избирательное законодательство, которыми были исключены положения о выделении кандидатам в президенты, в депутаты средств из республиканского бюджета на изготовление агитационных печатных материалов.

Средства избирательного фонда кандидата в депутаты имеют целевое назначение и могут использоваться на оплату:

- аренды зданий и помещений, оборудования, транспортных расходов, услуг связи;
- агитационных печатных материалов;
- печатной площади в средствах массовой информации;
- консультационных и агитационных работ (услуг);
- канцелярских и иных товаров, необходимых для проведения предвыборной агитации.

Кстати, по официальным данным, на этой неделе избиратели должны получить буклеты с информацией о кандидатах в депутаты местных Советов.

Эти материалы будут содержать общие сведения о кандидатах и их фотографии.

Буклеты изготовят и распространят избирательные комиссии за счет бюджетных денег.

■ Антон Володько

Падпіска: 6.250 рублёў (на месяц), 18.750 рублёў (на квартал), 37.500 рублёў (на паўгода).

понедельник, 17 марта

БЕЛАРУСЬ 1

06.00, 07.20, 08.15 Доброе утро, Беларусь!
07.00, 08.00 (с сурдопереводом), 09.00, 12.00, 15.00, 19.00, 00.35 Новости.
07.05, 08.05 Деловая жизнь.
07.10, 08.10, 19.40, 00.15 "Зона Х".
09.10 Главный эфир.
10.05 Х/ф "Подкидыш"
11.35 БеларусьLIFE.
12.10 Д/ф "Полжизни за мечту".
13.10 Х/ф "Свадьба в Малиновке"
15.15, 18.40 Новости региона.
15.25 "Славянский базар в Витебске-2014". Национальный отбор.
15.30 Х/ф "Ангелы Чарли-2"
17.30 Белорусское времечко.
19.20 Арена.
19.55 Форум.
21.00 Панорама.
21.45 Сериал "Фурцева"
00.05 Актуальное интервью.
00.50 День спорта.
01.05 Х/ф "Судья Дредд"

БЕЛАРУСЬ 2

07.00 Утро.
09.00 Телебарометр.
09.05 Сериал "Тени прошлого"
10.05 Телебарометр.
10.40 Х/ф "Люди Шпака"
11.55 Сериал "Ласточкино гнездо"
13.55 Музыкальная комедия "Берегите женщин"
16.20 "Перезагрузка". Молодежное ток-шоу.
17.05 "Клуб Винкс. Школа волшебниц"
17.55 Сериал "Тени прошлого"
18.55 Х/ф "Игра на выбывание"
20.50 Реальный мир.
21.20 Телебарометр.
21.25 КЕНО.
21.30 Сериал "Универ. Новая общага"
23.00 Х/ф "Люди Шпака"
23.55 "Перезагрузка".

ОНТ

06.00, 08.30 Наши новости.
06.05 "Наше утро".
09.00 Наши новости.
09.05 Контуры.
10.05 "Жить здорово!".
11.00 Наши новости.
11.05 Новости спорта.
11.10 "В наше время".
12.05 "Они и мы".
13.00 Наши новости.
13.05 Новости спорта.
13.10 "Доброго здоровьица!"
13.55 "Модный приговор".
15.00 "Наедине со всеми".
16.00 Наши новости.
16.10 Новости спорта.
16.15 "Понять. Простить".
16.55 "Давай поженимся!".
18.00 Наши новости (с субтитрами).
18.15 Новости спорта.
18.20 "Обратный отсчет". "1863-й. Под ударом империи". Фильм второй.
19.00 "Жди меня".
20.00 Время.
20.30 Наши новости.
21.00 Новости спорта.
21.05 Ток-шоу "Позиция".
22.05 Концерт белорусских участников телепроекта "Голос".
23.35 Х/ф "Остров".
01.30-02.00 Ночные новости.

РТР-БЕЛАРУСЬ

07.00 "Утро России".
10.00 "Картина мира"
10.55 Погода на неделю.
11.00 ВЕСТИ.
11.30 "Прямой эфир".
12.45 Сериал "Чужое лицо".
13.50, 16.50, 19.50 Новости – Беларусь.
14.00, 17.00, 20.00 ВЕСТИ.
14.30 "Диалог со смертью. Переговорщики".
15.35 "О самом главном". Ток-шоу.
17.10 Сериал "Хозяйка моей судьбы".
18.05 "Тайны института благородных девиц". Сериал.
18.55 Сериал "Блудные дети".
20.45 Сериал "Ласточкино гнездо".
21.45 Сериал "Там, где ты".
00.25 Новости – Беларусь.
00.35-01.25 "Секретные материалы: ключи от долголетия".

НТВ-БЕЛАРУСЬ

06.00 "НТВ утром".
08.40 "Новые русские сенсации".
09.40, 10.20 Сериал "Возвращение Мухтара"
10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня..
11.00 "До суда".
11.55 "Суд присяжных".
13.25 "Суд присяжных. Окончательный вердикт".
14.25 "Дело врачей".
15.10 "Готовим с Алексеем Зиминым".
15.40, 18.35 Обзор. ЧП.
16.25 "Прокурорская проверка".
17.35 "Говорим и показываем".
19.35 Х/ф "Крутой".
21.20 Х/ф "В твоих глазах".
23.10 Сегодня. Итоги.
23.35 Сериал "Дикий".

СТВ

06.00, 07.30, 10.30, 13.30, 16.30, 19.30, 22.30 "24 часа".
06.10 "Минщина".
06.20 "Утро. Студия хорошего настроения".
07.40, 20.10, 22.55 "СТВ-спорт".
07.45 "Утро. Студия хорошего настроения".
08.30 "Неделя".
09.45 "Большой завтрак".
10.40 "Званый ужин".
11.40 "Такова судьба".
12.30 "Семейные драмы".
13.50 "Большой город".
14.30 "Звездный ринг. Новый сезон. Битва кавер-бэндов". "Скай Тай" против "Sun Road 21".
15.45 "Смотреть всем!".
16.15 "Наше дело".
16.50 "Следаки".
17.20 "Минщина".
17.30 "Званый ужин".
18.30 "Пища богов".
20.00 "Столичные подробности".
20.15 Х/ф "Признайте меня виновным"
23.00 "Военная тайна с Игорем Прокопенко".

БЕЛСАТ

7:00, 12:20 ПраСвет
7:25 Зона "Свабоды"
8:00 Форум (ток-шоу): Знайсці сябе
8:45 Фітнес-шмітнес
9:10, 12:50 Два на два: Аляксандар Дабравольскі і Лявон Баршчэўскі: 20-годдзе Канстытуцыі
9:40 "Дакументаліст", д/ф
10:35, 16:00 Эксперт
11:10 Кулінарныя падарожжы
11:35 "Mad Men. Утрапёныя", серыял
13:20 Зона "Свабоды"
13:55 Форум (ток-шоу): Знайсці сябе
14:45 Фітнес-шмітнес
15:05 "Фэмэн. Аўтапартрэт", д/ф
16:30 "Чужое шчасце", м/ф
18:00 "Mad Men. Утрапёныя", серыял
18:45 Калыханка
19:00, 19:30 Навіны
19:10 Агляд медыяў
19:20 Гарачы каментар
19:50 Dэвайс
20:10 Агляд падзеяў культуры
20:15 Гарачы каментар
20:35 Асабісты капітал
21:00, 1:40 Аб'ектыў
21:25 Размова дня
21:45, 2:25 Відзьмо-невідзьмо
22:10 "Затока", д/ф
23:45, 2:10 Інфармацыйна-публіцыстычны блок
1:20 Асабісты капітал

вторник, 18 марта

БЕЛАРУСЬ 1

06.00, 07.20, 08.15 Доброе утро, Беларусь!
07.00, 08.00 (с сурдопереводом), 09.00, 12.00, 15.00, 19.00, 00.40 Новости.
07.05, 08.05 Деловая жизнь.
07.10, 08.10, 19.40, 00.20 "Зона Х".
09.10 Сериал "Дыши со мной"
11.00 Х/ф "Ласточкино гнездо"
11.55 "Славянский базар в Витебске-2014". Национальный отбор.
12.10, 01.10 Док. сериал "Мистические истории"
13.05 Сериал "Фурцева"
15.15, 18.40 Новости региона.
15.25 Сериал "Дыши со мной"
17.30 Белорусское времечко.
19.20 Сфера интересов.
20.00 Х/ф "Ласточкино гнездо"
21.00 Панорама.
21.45 Сериал "Фурцева"
00.00 Сфера интересов.
00.55 День спорта.

БЕЛАРУСЬ 2

07.00 Утро.
09.00 Телебарометр.
09.05 Сериал "Тени прошлого"
10.10 Белорусская кухня.
10.50 Х/ф "Люди Шпака"
11.55 Х/ф "Игра на выбывание"
13.50 "Под грифом "Известные".
14.25 Сериал "Универ. Новая общага"
16.00 Выше крыши.
16.30 "Империя песни". На бис.
17.05 "Клуб Винкс. Школа волшебниц"
17.55 Сериал "Тени прошлого"
18.55 Х/ф "Игра на выбывание"
20.50 Реальный мир.
21.20 Телебарометр.
21.25 КЕНО.
21.30 Сериал "Универ. Новая общага"
22.35 Футбол. Лига Чемпионов УЕФА. 1\8 финала. Реал (Мадрид) - Шальке-04 . Прямая трансляция.
00.40 Х/ф "Люди Шпака"

ОНТ

06.00, 08.30, 09.00, 11.00, 13.00, 16.00, 20.30 Наши новости.
06.05 "Наше утро".
09.05 "Жить здорово!".
10.25 "Контрольная закупка".
11.05, 13.05, 16.10, 18.15, 21.00 Новости спорта.
11.10 "В наше время".
12.05 "Они и мы".
13.10 "Доброго здоровьица!"
13.55 "Модный приговор".
15.00 "Наедине со всеми".
16.15 "Понять. Простить".
16.55 "Давай поженимся!".
18.00 Наши новости (с субтитрами).
18.20 "Смешное и еще смешнее".
18.50 "Пусть говорят"
20.00 Время.
21.05 "Дурная кровь". Сериал.
23.20 Х/ф "Из ада".
01.20-01.50 Ночные новости.

РТР-БЕЛАРУСЬ

07.00 "Утро России".
10.00 "Особый случай".
11.00 ВЕСТИ.
11.30 "Прямой эфир".
12.45 Сериал "Чужое лицо".
13.50 Новости – Беларусь.
14.00 ВЕСТИ.
14.30 "Пропавшая субмарина. Трагедия К-129".
15.35 "О самом главном". Ток-шоу.
16.50 Новости – Беларусь.
17.00 ВЕСТИ.
17.10 Сериал "Хозяйка моей судьбы".
18.05 "Тайны института благородных девиц". Сериал.
18.55 Сериал "Блудные дети".
19.50 Новости – Беларусь.
20.00 ВЕСТИ.
20.45 Сериал "Ласточкино гнездо".
21.45 Сериал "Там, где ты".
00.25 Новости – Беларусь.
00.35-01.35 "Специальный корреспондент".

НТВ-БЕЛАРУСЬ

06.00 "НТВ утром".
08.45, 10.20 Сериал "Возвращение Мухтара"
10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня.
11.00 "До суда".
11.55 "Суд присяжных".
13.25 "Суд присяжных. Окончательный вердикт".
14.25 "Дело врачей".
15.10 "Дело вкуса".
15.40, 18.35 Обзор. ЧП.
16.25 "Прокурорская проверка".
17.35 "Говорим и показываем".
19.40 Сериал "Морские дьяволы. Смерч-2".
23.10 Сегодня. Итоги.
23.35 Сериал "Дикий".

СТВ

06.00, 07.30, 10.30, 13.30, 16.30, 19.30, 22.30 "24 часа".
06.10 "Минщина".
06.20, 07.45 "Утро. Студия хорошего настроения".
07.40, 20.10, 22.55 "СТВ-спорт".
09.00 "Пища богов".
10.00 "100 процентов".
10.40 "Званый ужин".
11.35 "Вовочка 3". Комедийный сериал.
12.05 "Семейные драмы".
13.00 "Центральный регион".
13.50 Х/ф "Любовь в большом городе".
15.30 "Не ври мне!".
16.50 "Следаки".
17.20 "Минщина".
17.30 "Званый ужин".
18.30 "Вам и не снилось": "Тайна рождения".
20.00 "Столичные подробности".
20.15 Х/ф "Борсалино".
23.00 "Умнее не придумаешь"
23.55 "Автопанорама".
00.15 Х/ф "Кармен".

БЕЛСАТ

7:00, 9:20, 12:20, 14:45, 23:45, 2:10 Інфармацыйна-публіцыстычны блок
8:35 Асабісты капітал
8:55, 14:15, 21:00, 1:45 Аб'ектыў
9:40 Відзьмо-невідзьмо
10:10, 15:30 Два на два: Аляксандр Дабравольскі і Лявон Баршчэўскі: 20-годдзе Канстытуцыі
10:40 Гісторыя пад знакам Пагоні: Францішак Савіч
10:50 "Каханне ў падземным пераходзе", камедыя
11:50 "Дыягназ: Бісмарк", д/ф
13:55 Асабісты капітал
15:05 Відзьмо-невідзьмо
16:05 Гісторыя пад знакам Пагоні: Францішак Савіч
16:15 "Каханне ў падземным пераходзе", камедыя
17:15 "Дыягназ: Бісмарк", д/ф
17:45 "Дакументаліст", д/ф
18:45 Калыханка
19:00, 19:30 Навіны
19:10 Агляд медыяў
19:20, 20:15 Гарачы каментар
19:50 Сальда
20:10 Агляд падзеяў культуры
20:40, 1:25 Без межаў
21:25 Размова дня
21:45 Чорным па белым: "Культура. Адказнасць. СМІ"
22:10 "Лонданцы", серыял
22:55 Форум (ток-шоу): Знайсці сябе
2:30 Чорным па белым: "Культура. Адказнасць. СМІ"

среда, 19 марта

БЕЛАРУСЬ 1

06.00, 07.20, 08.15 Доброе утро, Беларусь!
07.00, 08.00 (с сурдопереводом), 09.00, 12.00, 15.00, 19.00, 00.25 Новости.
07.05, 08.05 Деловая жизнь.
07.10, 08.10, 19.40, 00.10 "Зона Х".
08.50 Слово Митрополита Тадеуша Кондрусевича на День Святого Иосифа, обручника Девы Марии.
09.10, 15.25 Сериал "Дыши со мной"
11.00, 20.00 Х/ф "Ласточкино гнездо"
11.55 "Славянский базар в Витебске-2014". Национальный отбор.
12.10, 00.55 Док. сериал "Мистические истории".
13.05 Сериал "Фурцева"
15.15, 18.40 Новости региона.
17.30 Белорусское времечко.
19.20 Специальный репортаж.
21.00 Панорама.
21.45 Сериал "Фурцева"
23.55 Актуальное интервью.
00.45 День спорта.

БЕЛАРУСЬ 2

07.00 Утро.
09.00 Телебарометр.
09.05 Сериал "Тени прошлого"
10.10 Завтра – это мы!
10.40 Х/ф "Люди Шпака"
11.50 Х/ф "Игра на выбывание"
13.45 "Под грифом "Известные".
14.40 Сериал "Универ. Новая общага"
15.50 Репортер.
16.40 "На пути к чемпионату мира по футболу 2014". Видеожурнал.
17.10 "Клуб Винкс. Школа волшебниц"
17.55 Сериал "Тени прошлого"
19.00 Х/ф "Игра на выбывание"
21.20 Телебарометр.
21.25 "Спортлото 5 из 36".
21.30 КЕНО.
21.35 Сериал "Универ. Новая общага"
22.35 Футбол. Лига Чемпионов УЕФА. 1\8 финала. Боруссия (Дортмунд) - Зенит . Прямая трансляция.
00.40 Футбол. Лига Чемпионов УЕФА. Обзор 2-х игровых дней.
01.10 Х/ф "Люди Шпака"

ОНТ

06.00, 08.30 Наши новости.
06.05 "Наше утро".
09.00 Наши новости.
09.05 "Жить здорово!".
10.25 "Контрольная закупка".
11.00 Наши новости.
11.05, 13.05, 16.10, 21.00 Новости спорта.
11.10 "В наше время".
12.05 "Они и мы".
13.00 Наши новости.
13.10 "Доброго здоровьица!"
13.55 "Модный приговор".
15.00 "Наедине со всеми".
16.00, 20.30 Наши новости.
16.15 "Понять. Простить".
16.55 "Давай поженимся!".
18.00 Наши новости (с субтитрами).
18.15 Новости спорта.
18.20 "Смешное и еще смешнее".
18.50 "Пусть говорят"
20.00 Время.
21.05 "Дурная кровь". Сериал.
23.20 Х/ф "Егерь".
01.10-01.40 Ночные новости.

РТР-БЕЛАРУСЬ

07.00 "Утро России".
10.00 "Особый случай".
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 ВЕСТИ.
11.30 "Прямой эфир".
12.45 Сериал "Чужое лицо".
13.50, 16.50, 19.50, 23.40 Новости – Беларусь.
14.30 "Шум земли".
15.35 "О самом главном". Ток-шоу.
17.10 Сериал "Хозяйка моей судьбы".
18.05 "Тайны института благородных девиц". Сериал.
18.55 Сериал "Блудные дети".
20.45 Сериал "Ласточкино гнездо".
21.45 Сериал "Там, где ты".
23.50 Сериал "Тайны следствия".
00.40-01.30 "Тайна трех океанов".

НТВ-БЕЛАРУСЬ

06.00 "НТВ утром".
08.45 Сериал "Возвращение Мухтара".
10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня.
10.20 Сериал "Возвращение Мухтара" (продолжение).
11.00 "До суда".
11.55, 13.25 "Суд присяжных".
14.25 "Дело врачей".
15.15 "Дело вкуса".
15.40, 18.35 Обзор. ЧП.
16.25 "Прокурорская проверка".
17.35 "Говорим и показываем".
19.35 Сериал "Морские дьяволы. Смерч-2".
23.10 Сегодня. Итоги.
23.35 Х/ф "Мой дом - моя крепость".

СТВ

06.00, 07.30, 10.30, 13.30, 16.30, 19.3,0 22.30 "24 часа".
06.10 "Минщина".
06.20, 07.45 "Утро. Студия хорошего настроения".
07.40 20.10 22.55 "СТВ-спорт".
09.00 "Вам и не снилось": "Тайна рождения".
10.05 "Автопанорама".
10.40 "Званый ужин".
11.35 "Вовочка 3". Сериал.
12.05 "Семейные драмы".
13.00 "Минск и минчане".
13.50 Х/ф "Борсалино".
16.05 "Представьте себе".
16.50 "Следаки".
17.20 "Минщина".
17.30 "Званый ужин".
18.30 "Вам и не снилось": "Тайна рождения".
20.00 "Столичные подробности".
20.15 Х/ф "Прости за любовь".
23.00 "Секретные территории".
23.55 "Добро пожаловаться".
00.15 Х/ф "Белый клык".

БЕЛСАТ

7:00, 9:25, 12:40, 15:10, 23:55, 2:20 Інфармацыйна-публіцыстычны блок
8:40 Без межаў
8:55, 14:40, 21:00, 1:50 Аб'ектыў
9:45 Чорным па белым: "Культура. Адказнасць. СМІ"
10:10 Відзьмо-невідзьмо
10:40 Моўнік: Дзе мы купляем?
10:50 Назад у будучыню
11:05 Форум (ток-шоу): Знайсці сябе
11:50 "Сенсацыі ХХ ст.", серыял
14:25 Без межаў
15:30 Чорным па белым: "Культура. Адказнасць. СМІ"
15:55 Відзьмо-невідзьмо
16:25 Форум (ток-шоу): Знайсці сябе
17:10 "Сенсацыі ХХ ст.", серыял
18:00 "Лонданцы", серыял
18:50 Калыханка: "Занатоўкі натураліста"
19:00, 19:30 Навіны
19:10 Агляд медыяў
19:20 Гарачы каментар
19:50 Сальда
20:10 Агляд падзеяў культуры
20:15 Гарачы каментар
20:35, 1:30 Маю права (юрыдычная праграма).
21:25 Размова дня
21:45 "Шлях да сябе", рэпартаж
22:05 "Парадокс", серыял
22:50 "Чарга. Гісторыя пытання ці пытанне гісторыі?", д/ф
23:25 Эксперт
2:40 "Шлях да сябе", рэпартаж

четверг, 20 марта

БЕЛАРУСЬ 1

06.00, 07.20, 08.15 Доброе утро, Беларусь!
07.00, 08.00 (с сурдопереводом), 09.00, 12.00, 15.00, 19.00, 00.35 Новости.
07.05, 08.05 Деловая жизнь.
07.10, 08.10 Зона Х.
09.10 Сериал "Дыши со мной"
11.00 Х/ф "Ласточкино гнездо"
11.55 "Славянский базар в Витебске-2014". Национальный отбор.
12.10 Док. сериал "Мистические истории"
13.10 Сериал "Фурцева"
15.15, 18.40 Новости региона.
15.25 Сериал "Дыши со мной"
17.30 Белорусское времечко.
19.20 Сфера интересов.
19.40, 00.15 "Зона Х".
20.00 Х/ф "Ласточкино гнездо"
21.00 Панорама.
21.45 Сериал "Фурцева"
23.55 Сфера интересов.
00.50 День спорта.
01.05 Док. сериал "Мистические истории"

БЕЛАРУСЬ 2

07.00 Утро.
09.00 Телебарометр.
09.05 Сериал "Тени прошлого"
10.10 Х/ф "Люди Шпака"
11.20 Х/ф "Игра на выбывание"
13.15 Сериал "Универ. Новая общага"
14.25 Биатлон. Кубок мира. Спринт. Женщины. Прямая трансляция.
15.50 Автобаттл.
16.25 Сериал "Тени прошлого"
17.25 Биатлон. Кубок мира. Спринт. Мужчины. Прямая трансляция.
18.55 Телебарометр.
19.00 Х/ф "Игра на выбывание"
20.55 Футбол. Лига Европы УЕФА. 1\8 финала. Прямая трансляция. В перерыве: 21.50 "КЕНО.
23.00 Футбол. Лига Европы УЕФА. 1\8 финала. Прямая трансляция.
01.00 Х/ф "Люди Шпака"

ОНТ

06.00, 08.30, 09.00, 11.00, 13.00, 16.00, 20.30 Наши новости.
06.05 "Наше утро".
09.05 "Жить здорово!".
10.25 "Контрольная закупка".
11.05, 13.05, 16.10, 18.15, 21.00 Новости спорта.
11.10 "В наше время".
12.05 "Они и мы".
13.10 "Доброго здоровьица!"
13.55 "Модный приговор".
15.00 "Наедине со всеми".
16.15 "Понять. Простить".
16.55 "Давай поженимся!".
18.00 Наши новости (с субтитрами).
18.20 "Смешное и еще смешнее".
18.50 "Пусть говорят"
20.00 Время.
21.05 "Дурная кровь". Сериал.
23.20 Х/ф "Асса".
02.00-02.30 Ночные новости.

РТР-БЕЛАРУСЬ

07.00 "Утро России".
10.00 "Особый случай".
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 ВЕСТИ.
11.30 "Прямой эфир".
12.45 Сериал "Чужое лицо".
13.50, 16.50, 19.50, 23.40 Новости – Беларусь.
14.30 "Молога. Град обреченный".
15.35 "О самом главном". Ток-шоу.
17.10 Сериал "Хозяйка моей судьбы".
18.05 "Тайны института благородных девиц". Сериал.
18.55 Сериал "Блудные дети".

20.45 Сериал "Ласточкино гнездо".
21.45 Сериал "Там, где ты".
23.50 Сериал "Тайны следствия".
00.40-01.55 "Легкое дыхание Ивана Бунина".

НТВ-БЕЛАРУСЬ

06.00 "НТВ утром".
08.40 Сериал "Возвращение Мухтара".
10.00 Сегодня.
10.20 Сериал "Возвращение Мухтара" (продолжение).
11.00 "До суда".
11.55 "Суд присяжных".
13.00 Сегодня.
13.25 "Суд присяжных. Окончательный вердикт".
14.25 "Дело врачей".
15.15 "Дело вкуса".
15.40, 18.30 Обзор. ЧП.
16.00 Сегодня.
16.25 "Прокурорская проверка".
17.35 "Говорим и показываем".
19.00 Сегодня.
19.35 Сериал "Морские дьяволы. Смерч-2".
23.10 Сегодня. Итоги.
23.35 Х/ф "Морские дьяволы. Смерч. Судьбы".

СТВ

06.00, 07.30, 10.30, 13.30, 16.30, 19.30, 22.30 "24 часа".
06.10 "Минщина".
06.20 "Утро. Студия хорошего настроения".
07.40, 20.10, 22.55 "СТВ-спорт".
07.45 "Утро. Студия хорошего настроения".
09.00 "Вам и не снилось": "Тайна рождения".
10.05 "Добро пожаловаться".
10.40 "Званый ужин".
11.35 "Вовочка 3". Комедийный сериал.
12.05 "Семейные драмы".
13.00 "Приключения дилетанта".
13.50 Х/ф "Прости за любовь".
15.55 "Смотреть всем!".
16.50 "Следаки".
17.20 "Минщина".
17.30 "Званый ужин".
18.30 "Вам и не снилось": "Тайна рождения".
20.00 "Столичные подробности".
20.15 Х/ф "Вавион 5: легенда о рейнджерах: жить и умереть в сиянии звезд".
22.00 "Репортерские истории".
23.00 "Тайны мира с Анной Чапман".
23.55 "Автопанорама".
00.15 Х/ф "Земляничная поляна".

БЕЛСАТ

7:00, 9:20, 12:25, 14:50, 23:55, 2:25 Інфармацыйна-публіцыстычны блок
8:30, 14:00 Маю права (юрыдычная праграма).
8:55 14:20 21:00 1:55 Аб'ектыў
9:40 "Шлях да сябе", рэпартаж
10:00 Чорным па белым "Культура. Адказнасць. СМІ"
10:30, 15:50 Эксперт
11:00 "Парадокс", серыял
11:45 "Чарга. Гісторыя пытання ці пытанне гісторыі?", д/ф
15:10 "Шлях да сябе", рэпартаж
15:25 Чорным па белым "Культура. Адказнасць. СМІ"
16:20 "Парадокс", серыял
17:05 Моўнік: Дзе мы купляем?
17:20 "Чарга. Гісторыя пытання ці пытанне гісторыі?", д/ф
18:00 "Час гонару", серыял
18:45 Калыханка
19:00, 19:30 Навіны
19:10 Агляд медыяў
19:20 Гарачы каментар
19:50 Сальда
20:10 Агляд падзеяў культуры
20:15 Гарачы каментар
20:30, 1:30 Рэпартэр
21:25 Размова дня
21:45, 2:45 Два на два: Іна Соркіна і Ігар Кузьміліч: Рэпрэсіі супраць нязломных выкладчыкаў
22:20 "Рэп па-арабску", д/ф
23:10 "Фальшываманетнікі. Вяртанне "Зграі", серыял

пятница, 21 марта

БЕЛАРУСЬ 1

06.00, 07.20, 08.15 Доброе утро, Беларусь!
07.00, 08.00 (с сурдопереводом), 09.00, 12.00, 15.00, 19.00, 01.25 Новости.
07.05, 08.05 Деловая жизнь.
07.10, 08.10 Зона Х.
09.10 Сериал "Дыши со мной"
11.00 Х/ф "Ласточкино гнездо"
11.55 "Славянский базар в Витебске-2014". Национальный отбор.
12.10 Док. сериал "Мистические истории"
13.05 Сериал "Фурцева"
15.15, 18.30 Новости региона.
15.25 Сериал "Дыши со мной"
17.15 Документальный цикл "Без права на дубль" Виктор Цой.
18.05 Тайны следствия.
19.20, 00.55 "Зона Х". Итоги недели.
19.55 Х/ф "Ласточкино гнездо"
21.00 Панорама.
21.45 Наши.
21.55 Х/ф "Апокалипсис"
00.25 Журналистское расследование.
01.40 День спорта.
01.55 Док. сериал "Мистические истории"

БЕЛАРУСЬ 2

07.00 Утро.
09.00 Телебарометр.
09.05 Сериал "Тени прошлого"
10.10 Стиль-бюро.
10.45 Х/ф "Люди Шпака"
11.55 Х/ф "Игра на выбывание"
13.50 Х/ф "Весенние надежды"
16.00 "Империя песни". Народное караоке-шоу.
17.05 "Клуб Винкс. Школа волшебниц"
17.55 Сериал "Тени прошлого"
19.05 Х/ф "Сумерки. Сага. Рассвет: Часть 1"
21.20 Телебарометр.
21.25 КЕНО.
21.30 Битва экстрасенсов.
22.40 Репортер.
23.25 "Comedy woman"
00.20 Х/ф "Секс и 101 смерть"

ОНТ

06.00, 08.30 Наши новости.
06.05 "Наше утро".
09.00 Наши новости.
09.05 "Жить здорово!".
10.25 "Контрольная закупка".
11.00 Наши новости.
11.05 Новости спорта.
11.10 "В наше время".
12.05 "Они и мы".
13.00 Наши новости.
13.05 Новости спорта.
13.10 "Доброго здоровьица!"
13.55 "Модный приговор".
15.00 "Обратный отсчет". "Зуботовщина. Минский эксперимент".
15.30 "Учиться жить".
16.00 Наши новости.
16.10 Новости спорта.
16.15 Комедия "Свадьба в Малиновке".
18.00 Наши новости (с субтитрами).
18.15 Новости спорта.
18.20 "Жди меня. Беларусь".
18.55 "Поле чудес".
20.00 Время.
20.30 Наши новости.
21.00 Новости спорта.
21.05 "Вечерний Минск".
22.20 "Что? Где? Когда в Беларуси".
23.35 Х/ф "Побеждай!".
01.30-02.00 Ночные новости.

РТР-БЕЛАРУСЬ

07.00 "Утро России".
10.00 "Особый случай".
11.00 ВЕСТИ.
11.30 "Прямой эфир".
12.45 Сериал "Чужое лицо".
13.50 Новости – Беларусь.
14.00 ВЕСТИ.
14.30 "В огнедышащей лаве любви. Светлана Светличная".
15.35 "О самом главном". Ток-шоу.
16.35 "Вся Россия".
16.50 Новости – Беларусь.
17.00 ВЕСТИ.
17.10 Сериал "Хозяйка моей судьбы".
18.05 "Тайны института благородных девиц". Сериал.
18.55 Сериал "Блудные дети".
19.50 Новости – Беларусь.
20.00 ВЕСТИ.
20.45 Сериал "Ласточкино гнездо".
21.45 "Поединок".
23.40 Новости – Беларусь.
23.50-01.35 "Живой звук".

НТВ-БЕЛАРУСЬ

06.00 "НТВ утром".
08.45 Сериал "Возвращение Мухтара".
10.00 Сегодня.
10.20 Сериал "Возвращение Мухтара" (продолжение).
11.00 "До суда".
11.55 "Суд присяжных".
13.00 Сегодня.
13.25 "Суд присяжных. Окончательный вердикт".
14.25 "Дело врачей".
15.15 "Дело вкуса".
15.40 Обзор. ЧП.
16.00 Сегодня.
16.25 "Прокурорская проверка".
17.35 "Говорим и показываем".
18.35 Обзор. ЧП.
19.00 Сегодня.
19.35 Сериал "Морские дьяволы. Смерч-2".
00.50 "Морские дьяволы. Смерч. Стихия героев".

СТВ

06.00, 07.30, 10.30, 13.30, 16.30, 19.30, 22.30 "24 часа".
06.10 "Минщина".
06.20 "Утро. Студия хорошего настроения".
07.40, 20.10, 22.55 "СТВ-спорт".
07.45 "Утро. Студия хорошего настроения".
09.00 "Вам и не снилось": "Тайна рождения".
10.05 "Автопанорама".
10.40 "Званый ужин".
11.35 "Вовочка 3". Сериал.
12.05 "Семейные драмы".
13.00 "Здравствуйте, доктор".
13.50 Х/ф "Вавион 5: легенда о рейнджерах: жить и умереть в сиянии звезд".
15.35 "Не ври мне!".
16.50 "Следаки".
17.20 "Минщина".
17.30 "Званый ужин".
18.30 "Такова судьба".
20.00 "Столичные подробности".
20.15 Х/ф "Полицейская академия 4: гражданский патруль".
22.00, 23.00 "На том же месте в тот же час".
23.50 "Смотреть всем!".
00.45 "Большая игра". Покер-дуэль.
01.30 Х/ф "Стреляйте в пианиста".

БЕЛСАТ

7:00, 9:25, 12:30, 14:55, 23:20, 1:45 Інфармацыйна-публіцыстычны блок
8:30, 14:00 Рэпартэр
8:55, 14:25, 21:00, 1:20 Аб'ектыў
9:45, 15:15 Два на два: Іна Соркіна і Ігар Кузьміліч: Рэпрэсіі супраць нязломных выкладчыкаў
10:15, 15:50 Маю права (юрыдычная праграма).
10:35 Гісторыя пад знакам Пагоні: Францішак Савіч
10:45 "Фальшываманетнікі. Вяртанне "Зграі", серыял
11:35 "Рэп па-арабску", д/ф
16:10 "Фальшываманетнікі. Вяртанне "Зграі", серыял
17:00 "Рэп па-арабску", д/ф
17:50 "Ранча", серыял
18:45 Калыханка
19:00, 19:30 Навіны
19:10 Агляд медыяў
19:20 Гарачы каментар
19:50 Дэвайс
20:10 Агляд падзеяў культуры
20:15 Гарачы каментар
20:30, 0:50 ПраСвет
21:25 Размова дня
21:45, 2:05 Зоры не спяць: Ірына Лаўроўская і беларуская ўрбаністыка
22:20 "Мой горад", м/ф

суббота, 22 марта

БЕЛАРУСЬ 1

07.10 Існасць.
07.35 Х/ф "Неуловимые мстители"
09.00, 12.00, 15.00 Новости.
09.10 Врачебные тайны с доктором А.Терещенко.
09.35 Сериал "Спасти босса"
11.30 "О еде!"
12.10 Клуб редакторов.
12.55 Здоровье.
13.45 Журналистское расследование.
14.15 Вокруг планеты.
15.15 Новости региона.
15.30 "Славянский базар в Витебске-2014". Национальный отбор.
15.35 Док. цикл "Без права на дубль" Виктор Цой.
16.40 Доверяй и проверяй.
17.15 Наши.
17.25 Х/ф "Гномео и Джульетта"
19.00, 21.40 Х/ф "Поцелуй судьбы"
21.00 Панорама.
23.30 День спорта.
23.40 Сериал "Спасти босса"

БЕЛАРУСЬ 2

07.30 Сериал "Ласточкино гнездо"
08.35 Телебарометр.
08.40 "Клуб Винкс. Школа волшебниц"
09.30 Белорусская кухня.
10.15, 21.45 Сериал "Интерны"
12.15 Битва экстрасенсов.
13.25 Выше крыши.
14.00 Футбол. Лига Европы УЕФА. Обзор тура.
14.55 Биатлон. Кубок мира. Гонка преследования. Женщины.
15.50, 18.35 "Женская лига. Парни. Деньги. Любовь"
16.20 "Империя песни".
17.25 Биатлон. Кубок мира. Гонка преследования. Мужчины.
19.15 Ваше лото.
19.55 Лотерея "Пятерочка".
20.05 "Суперинтуиция. Любовь"
21.05 КЕНО.
21.10 Телебарометр.
21.15 Реальный мир.
23.40 Х/ф "Весенние надежды"

ОНТ

07.00 "Субботнее утро".
08.00, 09.00, 16.00, 20.30 Наши новости.
09.05 "Смешарики". Новые приключения.
09.20 "Здоровье".
10.25 "Смак".
11.05 "Идеальный ремонт".
12.05 "Умницы и умники".
12.50 "Ералаш".
13.10 Х/ф "Вангелия".
16.15, 21.00 Новости спорта.
16.20 "Родителей в школу!".
17.15 "Один против всех".
18.05 "Рассмеши комика".
18.30 "Академия талантов".
21.05 "Точь-в-точь!".
23.55-02.10 Х/ф "Кокаин".

РТР-БЕЛАРУСЬ

07.00 Х/ф "Сюрприз".
08.40 Х/ф "Течет река Волга".
10.20 "Утренняя почта".
11.00, 14.00 ВЕСТИ..
11.10 "Субботник".
11.50 "Планета собак".
12.25 Х/ф "Маленькое одолжение".
14.15 "Честный детектив".
14.50 Х/ф "Александра".
16.50 "Субботний вечер".
19.00 "Картина мира"
19.55 Погода на неделю.
20.00 ВЕСТИ В СУББОТУ.
20.45 Х/ф "Красотки".
00.15-02.00 Х/ф "Там, где есть счастье для меня".

НТВ-БЕЛАРУСЬ

06.30 Сериал "Завещание Ленина".
08.00, 13.00, 16.00 Сегодня.
08.20 "Смотр".
08.50 "Их нравы".
09.25 "Дело вкуса".
10.00 Сегодня.
10.20 "Главная дорога".
10.50 "Кулинарный поединок".
11.55 "Квартирный вопрос".
13.20 "Я худею".
14.15 Х/ф "Второй убойный".
16.15 "Спасатели".
16.45 "Следствие вели…".
17.35 "Очная ставка".
18.30 Обзор. ЧП.
19.00 "Центральное телевидение".
19.55 "Новые русские сенсации".
20.55 "Ты не поверишь!".
21.55 Х/ф "Месть без права передачи".
23.35 Х/ф "С любовью из ада".

СТВ

06.15 "Студенты". Сериал.
07.10 "Анфас".
07.25 Х/ф "Полицейская академия 4: гражданский патруль".
09.05 "Чистая работа".
10.00 "Другая страна". "Сделано в Китае".
11.30 "Минск и минчане".
12.05 "Приключения дилетанта".
12.40 Х/ф "Живет такой парень".
14.30 "Военная тайна с Игорем Прокопенко".
16.30 "24 часа".
16.45 "Наше дело".
17.00 "Большой город".
17.40 "Странное дело".
18.35 "Умнее не придумаешь".
19.30 "24 часа".
20.00 "СТВ-спорт".
20.10 Х/ф "Вам письмо".
22.25 "Звездный ринг. Новый сезон. Битва кавер-бэндов". "Cosa Nostra" против группы им. Мерилин Монро.
23.40 Х/ф "Новый мошенник".

БЕЛСАТ

7:00, 9:25 Інфармацыйна-публіцыстычны блок
8:30, 18:00 ПраСвет
9:00, 21:00, 1:05 Аб'ектыў
9:45 Зоры не спяць: Ірына Лаўроўская і беларуская ўрбаністыка
10:15 Казкі для дзетак
10:40 "Ажыятаж вакол Басі", серыял
11:10 Два на два: Іна Соркіна і Ігар Кузьміліч: Рэпрэсіі супраць нязломных выкладчыкаў
11:40 Асабісты капітал
12:05 Відзьмо-невідзьмо
12:35 Кулінарныя падарожжы
13:00 "Канцэрт гурта "N.R.M."": ч. 1
14:05 "Лонданцы", серыял
14:50 "Рэп па-арабску", д/ф
15:45 "Час гонару", серыял
16:30 "Мой горад", м/ф
17:35 "Альпіністка", рэпартаж
17:50 "Апантаныя", дак. цыкл
18:30 Фітнес-шмітнес
18:50 Калыханка
19:05 Моўнік: Дубоўка і мова
19:15 Назад у будучыню
19:30 "Mad Men. Утрапёныя", серыял
20:20 Зона "Свабоды"
21:15 "Аблічча Нашай і Вашай свабоды", д/ф
21:50 "Цырульніца", м/ф
23:40 "Прыватны сусвет", д/ф

воскресенье, 23 марта

БЕЛАРУСЬ 1

07.35 Х/ф "Новые приключения неуловимых"
09.00, 12.00, 15.00, 19.00 Новости.
09.10 Арсенал.
09.40 Сериал "Спасти босса" Заключительные серии.
11.30 "О еде!" Кулинарный мастер-класс.
12.10 Новости. Центральный регион.
12.35 "Зона Х". Итоги недели.
13.10 Коробка передач.
13.45 Тайны следствия.
14.25 "XXL WOMAN TV". Женский журнал.
15.15 Твой город.
15.30 БеларусьLIFE.
15.55 Д/ф "В плену отцовской славы".
17.05 Х/ф "Будет светлым день"
21.00 Главный эфир.
21.55 Навіны надвор'я.
22.15 Х/ф "Специальное задание"
00.05 Сериал "Спасти босса"

БЕЛАРУСЬ 2

07.40 Сериал "Ласточкино гнездо"
08.40 Телебарометр.
08.45 "Клуб Винкс. Школа волшебниц"
09.35 Завтра – это мы!
10.10 Сериал "Интерны"
12.10 Стиль-бюро.
12.40 Х/ф "Сумерки. Сага. Рассвет: Ч.1"
14.55 Биатлон. Кубок мира. Гонка с массовым стартом. Женщины.
15.50 "Суперинтуиция. Любовь".
16.50 Автобатл.
17.25 Биатлон. Кубок мира. Гонка с массовым стартом. Мужчины.
18.20 Футбол. Лига чемпионов УЕФА. Видеожурнал.
19.15 Суперлото.
20.25 Телебарометр.
21.00 Спортлото 5 из 36.
21.05 КЕНО.
21.10 Реальный мир.
21.40 Сериал "Интерны"
23.35 "Женская лига. Парни. Деньги. Любовь"
00.00 "Comedy woman"

ОНТ

07.00 "Воскресное утро".
08.00, 09.00 Наши новости.
09.05 Воскресная проповедь (с субтитрами).
09.20 "Смешарики. ПИН-код".
09.35 "Непутевые заметки".
09.55 "Пока все дома".
10.45 "Фазенда".
11.20 "Свадебный переполох".
12.15 "Брэйн-ринг".
13.10 Х/ф "Вангелия".
16.00 Наши новости.
16.15 Новости спорта.
16.20 Х/ф "Настоящая любовь".
18.00 "Рассмеши комика".
18.50 "Я люблю Беларусь!".
20.00 Контуры.
21.05 "Клуб Веселых и Находчивых". Высшая лига.
23.30-01.45 Х/ф "Планета Обезьян".

РТР-БЕЛАРУСЬ

07.00 Х/ф "Красотки".
10.10 "Сам себе режиссер".
11.00, 14.00 Вести.
11.15 "Смехопанорама Евгения Петросяна".
11.45 "В мире животных".
12.20 Мультфильм.
12.30 Х/ф "Чужая жена и муж под кроватью".
13.50, 16.20, 23.20 Новости – Беларусь.
14.15 "Мосфильм". 90 шагов".
14.30 Х/ф "Там, где есть счастье для меня".
16.30 Х/ф "Родной человек".
18.20 "Смеяться разрешается".
19.50 Новости – Беларусь.
20.00 Вести недели.
21.25 Х/ф "Уйти, чтобы остаться".
23.30-01.10 "Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым".

НТВ-БЕЛАРУСЬ

06.30 Сериал "Завещание Ленина".
08.00, 10.00, 16.00 Сегодня.
08.20 ""Медицинские тайны".
08.50 "Их нравы".
09.25 "Едим дома!".
10.20 "Первая передача".
10.50 "Чудо техники".
11.20 "Поедем, поедим!".
11.55 "Дачный ответ".
13.00 Сегодня.
13.15 "Таинственная Россия".
14.10 Х/ф "Второй убойный".
16.15 "И снова здравствуйте!".
16.40 "Следствие вели…".
17.30 "Очная ставка".
18.25 "ЧП. Обзор за неделю".
19.00 "Сегодня. Итоговая программа".
19.50 "Темная сторона".
20.45 Х/ф "Перелетные птицы".
00.15 "Школа злословия".

СТВ

06.35 "Студенты". Сериал.
07.30, 10.30, 13.30, 16.30, 22.30 "24 часа".
07.40 Х/ф "Вам письмо".
10.00 "Автопанорама".
10.40 "Тайны мира с Анной Чапман".
11.30 "Большой завтрак".
12.10 "Здравствуйте, доктор".
12.45, 13.50 Х/ф "Следопыт".
14.55 "Территория заблуждений с Игорем Прокопенко".
16.00 "Центральный регион".
16.50 "Человек-неформат, или 6:5 в пользу Задорнова".
17.50 "Автопанорама".
18.20 "На том же месте в тот же час".
19.30 "Неделя".
21.10, 23.00 Х/ф "Любовь в большом городе 2".
23.40 Х/ф "Красавица из трущоб".
01.35 "Великие тайны древности".

БЕЛСАТ

7:00 Аб'ектыў
7:15 Казкі для дзетак
7:45 "Тры шалёныя нулі", серыял
8:15 Зона "Свабоды"
8:50 "Апантаныя", дак. цыкл
9:00 Чорным па белым: "Культура. Адказнасць. СМІ"
9:25 "Шлях да сябе", рэпартаж
9:45 Рэпартэр
10:10 "Аблічча Нашай і Вашай свабоды", д/ф
10:45 Казкі для дзетак
11:15 "Ажыятаж вакол Басі", серыял
11:50 "Тры шалёныя нулі", серыял
12:15 "Прыватны сусвет", д/ф
13:40 Моўнік: Дубоўка і мова
13:50 Фітнес-шмітнес
14:15 "Парадокс", серыял
15:00 "Цырульніца", м/ф
16:50 "Mad Men. Утрапёныя", серыял
17:35 "Час гонару", серыял
18:25 Кулінарныя падарожжы
18:50 Калыханка: "Рыцар Пятрусь гербу "Тры яблыкі"
19:05 Гісторыя пад знакам Пагоні: Тэадор Нарбут
19:15, 23:50 "Людскія справы"
19:45 Эксперт
20:20 "Чырвоныя маршруты", д/ф
21:10 "Падстанцыя, Нью-Ёрк", драма
23:15 Зоры не спяць: Ірына Лаўроўская і беларуская ўрбаністыка

Падпіска: 6.250 рублёў (на месяц), 18.750 рублёў (на квартал), 37.500 рублёў (на паўгода).

ПРОГНОЗ СИНОПТИКОВ И ЗВЕЗД НА НЕДЕЛЮ

♈ **ОВЕН (21.03-20.04)**
Некое дело потребует большой отдачи сил. Несмотря на то что это окажется очень утомительным, вам не следует от данного дела уклоняться. Вы получите возможность длительное время ничем не утруждать себя, и наслаждаться результатом.

♉ **ТЕЛЕЦ (21.04-20.05)**
В области любовных отношений вас ожидает повышение чувства уверенности и спокойствия. Чтобы добиться такого изменения вам следует чем-то приятно удивить своего партнера, внести в общение что-то новое. Ваш любимый человек будет благодарен вам за это.

♊ **БЛИЗНЕЦЫ (21.05-21.06)**
Близнецы на этой неделе смогут отстоять свою независимость, увеличить собственную свободу в отношениях с членами семьи. Ничего хитроумного для этого придумывать не надо, просто упорно настаивайте на своем, и вам в конце концов уступят.

♋ **РАК (22.06-22.07)**
Если у Раков есть какое-либо дело, требующее для своей реализации поездки, то оно пройдет очень удачно. Старайтесь внести в свою жизнь больше общения, благодаря этому вы получите какую-то материальную выгоду. Либо непосредственно, либо это откроет перед вами такую перспективу.

♌ **ЛЕВ (23.07-23.08)**
Планеты помогут Львам правильно использовать деньги. Это удачное время для всевозможных покупок. В отношениях с любимым человеком, возможно, некое ухудшение. Причиной этого будет ваша невнимательность, которая может быть истолкована как пренебрежение. Поэтому не забудьте проявить нежность и заботу.

♍ **ДЕВА (24.08-23.09)**
Данная неделя окажется для Дев весьма удачной. Было бы ошибкой предаваться праздности. Ваши действия будут очень результативны, и не потребуют больших затрат сил. Избегайте проявлять по отношению к членам семьи чрезмерную требовательность, хотя такая склонность у вас возникнет. В настоящее время это не окажется уместным.

♎ **ВЕСЫ (24.09-23.10)**
Весам не следует действовать прямолинейно и просто. Это обязательно вызовет сопротивление со стороны окружающих, которые по тем или иным причинам постараются помешать вам. Если же вы в достижении своей цели будете изворотливы и хитры, то достигнете ее с легкостью.

♏ **СКОРПИОН (24.10-22.11)**
Обстоятельства в течение недели будут складываться для Скорпионов столь благоприятным образом, что необходимость что-то делать для реализации планов, или вообще исчезнет, или потребует лишь самых минимальных действий.

♐ **СТРЕЛЕЦ (23.11-21.12)**
Стрельцы могут добиться чего-то от начальства. Помогут вам в этом обаяние и оптимизм, которые нужно будет проявить. Избегайте браться за что-либо принципиально новое. Вас ждет успех либо в продолжении старого дела, либо в повторении того, что вы уже делали ранее.

♑ **КОЗЕРОГ (22.12-20.01)**
Козерогам следует заниматься лишь тем, что их волнует по-настоящему. В важном для вас деле все обстоятельства будут складываться так удачно, что вы сможете при должном старании либо достичь результата, либо значительно продвинуться к его достижению.

♒ **ВОДОЛЕЙ (21.01-20.02)**
Водолеев ожидает удача в любовной сфере. Ключом к успеху является общение. Поэтому поговорите о чем-либо с вашим любимым человеком, это укрепит ваше взаимопонимание. Не исключено также и новое любовное знакомство, но и здесь будет необходимым проявить общительность.

♓ **РЫБЫ (21.02-20.03)**
Некая договоренность, заключенная с кем-то, сыграет в жизни Рыб очень положительную роль. Результаты этого будут долговременными. Если это возможно, то лучше ограничить контакты с начальством. Иначе вы можете стать жертвой какого-то подвоха.

		Чц, 13.03	Пт, 14.03	Суб, 15.03	Няд, 16.03	Пн, 17.03	Аўт, 18.03	Сер, 19.03
тэмпература, °C	ноч	+1..+3	+1..+3	+1..+3	+2..+4	-1..-3	0..-1	-2..-4
	дзень	+8..+10	+7..+9	+6..+8	0..+2	около 0	0..+1	около 0
апаткі								
хуткасць ветру, м/с		6–8, С-З	7–9, С-З	9–11, Ю-З	10–12, Зап	5–7, С-З	4–6, С-З	5–7, С-З

Уважаемые читатели! Прогноз погоды на срок более трех дней сбывается с вероятностью 80%, на срок более пяти дней – с вероятностью 50% и не может абсолютно верно отражать реальную погоду в указанное время.
Прогноз погоды в регионе составлен по данным Горецкой агрометеостанции и открытых интернет-источников.

ЗДАРОЎЕ

Як правільна пасціць?

Падчас строгага посту з рацыёну цалкам выключаюцца ўсе прадукты жывёльнага паходжання.

Фактычна круглы год посцяць так званыя веганы – людзі, якія харчуюцца выключна раслiннымі прадуктамі дзеля сваіх перакананняў.

Што думае медыцына?

Як еўрапейскія, так і амерыканскія інстанцыі, адказныя за прапаганду здаровага харчавання, прытрымліваюцца думкі, што пастаянная цалкам раслінная дыета для дарослага насельніцтва магчымая. Такая дыета нават дапускаецца ва ўсе перыяды, у тым ліку падчас цяжарнасці.

На Захадзе быць веганам нескладана: можна знайсці дзясяткі заменнікаў практычна ўсіх прадуктаў жывёльнага паходжання. Гэта соевае, міндальнае, аўсянае ды іншае малако, соевы і какосавы ёгурты, раслінныя "сыры", "катлеты", "сасіскі" і гэтак далей. У беларускіх умовах амаль нічога гэтага няма, і таму рацыён не надта разнастайны.

Якi бялок лепшы?

Адна з патэнцыйных небяспек доўгатэрміновай раслiннай дыеты – недахоп паўнавартаснага бялку, што можа прывесці да аслаблення імунітэту, разбурэння мышачнай і касцявой масы, а ў цяжкіх выпадках – да такіх хваробаў, як маразм і дыстрафія. Якi ж бялок паўнавартасны?

Паўнавартаснасць бялку вызначаюць два фактары – яго засваяльнасць і ўтрыманне амінакіслот. Як правіла, жывёльныя бялкі маюць індэкс засваяльнасці 90-99%, раслінныя – 70-90%. Кукурузны бялок, напрыклад, засвойваецца вельмі дрэнна, а вось соевы па засваяльнасці вельмі блізкі да жывёльнага.

Усе бялкі складаюцца з будаўнічых блокаў – амінакіслот. Бялкі ў чалавечым целе ўтрымліваюць набор 20 амінакіслот. 9 з іх – незаменныя, гэта значыць, што яны павінны паступаць у арганізм з ежай.

Усе жывёльныя бялкі паўнавартасныя – то бок яны ўтрымліваюць поўны набор незаменных амінакіслот, неабходных для аптымальнага падтрымання сінтэзу бялкоў у чалавечым целе.

Раслінным бялкам, як правіла, не хапае адной ці больш незаменных амінакіслот. Напрыклад, у крупах бракуе лізіну і ізалейцыну, а ў бабовых – метыяніну і трыптафану. Аднак калі злучыць крупы і бабовыя, то атрымаецца набор бялкоў, якія дапаўняюць адзін аднаго і ў комплексе могуць стаць паўнавартасным матэрыялам для пабудовы бялку ў чалавечым арганізме.

Таму веганам і поснікам рэкамендаваныя стравы, якія злучаюць у сабе спалучальныя бялкі: рыс з бабамі, сачавічны суп з хлебам.

Колькі трэба бялку?

Даросламу чалавеку трэба прыкладна 0,8 г бялку на 1 кг масы цела. Напрыклад, калі ваша вага 60 кг, то вам трэба 60×0,8 = 48 г бялку на дзень. Аднак калі вы строгі вегетарыянец, то вам трэба больш бялку з увагі на тое, што раслінны бялок засвойваецца горш.

Лічыцца, што веганы павінны спажываць бялку прыкладна на 25% больш.



Лера Красоўская – бакалаўрка здароўя – прапануе свае парады землякам.

Недахоп

Людзі, якія пастаянна або на працягу доўгага часу сілкуюцца выключна прадуктамі раслiннага паходжання, маюць вельмі нізкі статус пэўных вітамінаў і мінералаў, пераважна кальцыю, цынку і вітаміну В12.

Кальцый

Кальцый неабходны ў першую чаргу для здаровых касцей. Асноўныя крыніцы кальцыю – малочныя прадукты і рыба, асабліва рыба з косткамі, накшталт сардзінаў.

Крыніцы кальцыю раслiннага паходжання: зеляніна, ліставая капуста, брокалі, амарант, кунжут, шчаўе, шпінат. Раслінны кальцый, аднак, засвойваецца горш, чым кальцый жывёльнага паходжання.

Цынк

Цынк важны для аптымальнага функцыянавання імуннай сістэмы, нармальнай вытворчасці інсуліну, для здароўя скуры і валасоў, гаення ран. Багатая крыніца цынку – морапрадукты, яйкі, ялавічына, кісламалочныя прадукты. Раслінныя крыніцы цынку – семкі сланечніку і арахіс.

Вітамін В12

Вітамін В12 ёсць толькі ў прадуктах жывёльнага паходжання: мясе, рыбе, малочных прадуктах, яйках. Строгія вегетарыянцы мусяць ужываць сінтэтычны вітамін В12.

Агульныя рэкамендацыі:

– У строгі пост штодня спажывайце добры вітамінна-мінеральны комплекс.

– Уключайце ў свой рацыён як мага больш семак і арэхаў.

– Штодня ўжывайце зеляніну. Добрая стратэгія: улетку нарыхтаваць замарожаныя пятрушкі, кропу, ліставой капусты і шчодра дадаваць гэтыя прадукты ў посныя стравы на працягу году.

■ svaboda.org

УЛЫБНИТЕСЬ

***

Сидят два депутата в думе на заседании. Один разгадывает кроссворд, другой занят пасьянсом.
Первый второму:
- Четыре буквы, первая "К", полуостров, в который Россия обещает вложить 6 миллиардов долларов.
Второй:
- Во-первых, почему всего 6 миллиардов? Во-вторых, с чего вдруг Кипр стал полуостровом?

***

– Что будем дарить нашим женщинам?
– Да пошли они все в баню...
– Точно! Набор для сауны.

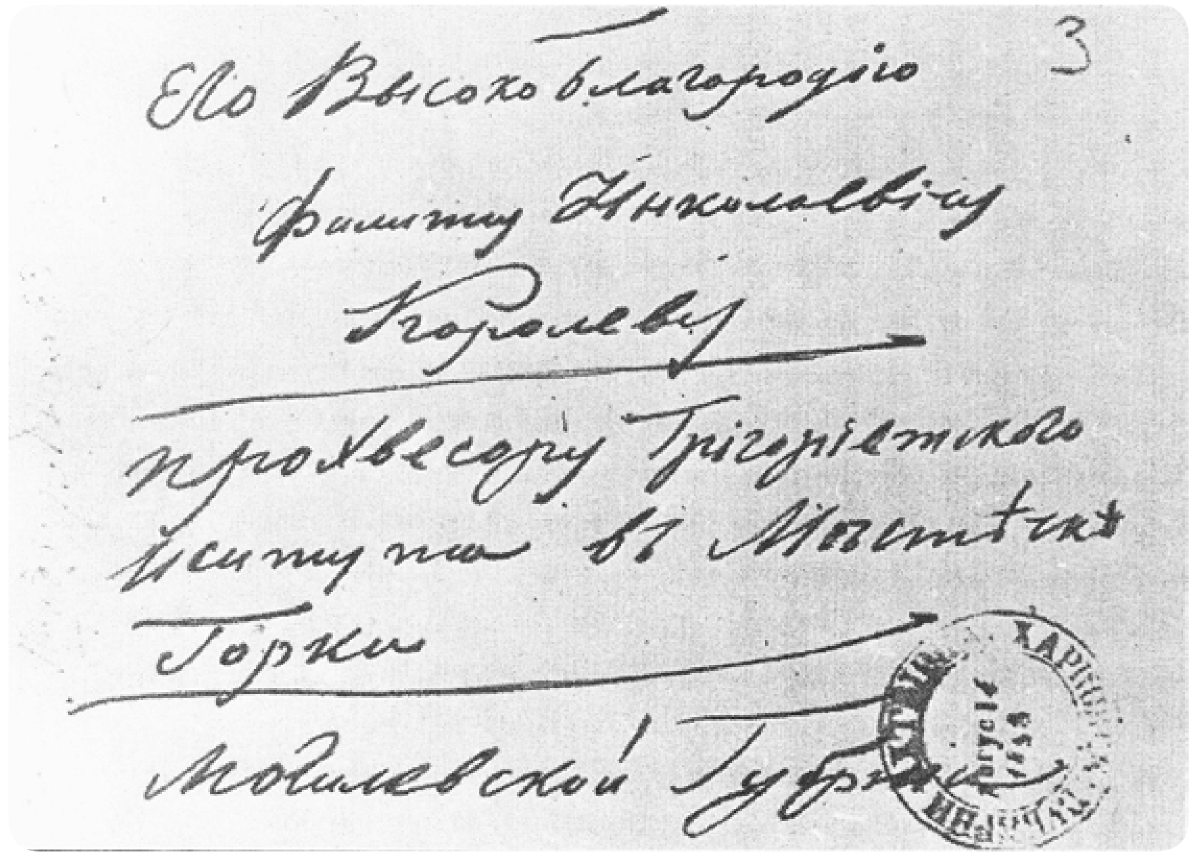
***

Будет такая борьба за мир, что камня на камне не останется.

ГІСТОРЫЯ

Каму пісаў Шаўчэнка ў Горкі?

9 сакавіка споўнілася 200 гадоў з дня нараджэння класіка ўкраінскай паэзіі **Тараса Шаўчэнкі.**



Класік украінскай літаратуры Тарас Шаўчэнка перапісваўся з прафесарам Горы-Горацкага земляробчага інстытута.

Лісты ў Горкі

У 1935 г. у "Литературном наследии" (навуковае выданне, орган Інстытута сусветнай літаратуры ім. Горкага РАН) былі надрукаваны два лісты і канверт ад трэццяга, адрасаваныя заснавальнікам і класікам украінскай літаратуры, мастаком і грамадскім дзеячам Тарасам Рыгоравічам Шаўчэнкам – **Піліпу Мікалаевічу Каралёву.**

Перапіска паступілі у Дзяржаўны літаратурны музей у Маскве ад нашчадкаў **А.Н.Пыпіна** (1833-1904 гг.) – вядомага рускага літаратуразнаўцы.

У прадмове да публікацыі лістоў у часопісе літаратуразнавец **І.Айзеншток** пісаў, што "не ўдалося выявіць якіх-небудзь звестак пра адрасата лістоў".

Відаць, І.Айзеншток не звярнуў увагу, што на канверце напісана: "Его Высокоблагородию Филиппу Николаевичу Королеву. Профессору Горы-Горецкого института в местечке Горки Могилевской губернии". На паштовым штэмпелі пазначана месца адпраўлення: Ахтырка Харкаўскай губерні. 14 жніўня 1859 год.

Хто такі Піліп Каралёў?

Прафесар Каралёў Піліп Мікалаевіч згодна з дадзенымі энцыклапедычнага слоўніка Бракгаўза і Ефрона нарадзіўся 11 кастрычніка 1821 года ў Лебядзінскім павеце Харкаўскай губерні. Атрымаў адукацыю ў Харкаўскай губернскай гімназіі. У 1837 годзе паступіў на матэматычны факультэт Харкаўскага ўніверсітэта, дзе скончыў курс у 1841 г. са ступенню кандыдата.

З 1841 года працаваў настаўнікам матэматыкі ў II Харкаўскай гімназіі. Актыўна займаўся навукай і ў 1854 годзе вытрымаў экзамен ды абараніў дысертацыю магістра.

З 1854 года П.М.Каралёў працаваў у Горках, выкладаў матэматыку, сельскую архітэктуру і прыкладную механіку.

Як бачна з матэрыялаў, змешчаных у кнізе **"Записки Горы-Горецкого земледельческого института"** (кніга 3, 1854 г.), ён актыўна займаўся не толькі выкладчыцкай, але і навукова-даследчай працай, друкаваў свае працы ў "Записках..." У 1855 г. Каралёў здаў іспыты на магістра матэматыкі і атрымаў званне ад'юнкт-прафесара. Чытаў лекцыі па практычнай механіцы і будаўнічым мастацтве.

У кнізе С.Г.Цітовіча **"Горы-Горецкий земледельческий институт"** (Горкі, 1960. С.160) адзначаецца, што ў 1856 г. Каралёў на святочным гадавым інстытуцкім акце зачытаў даклад аб ролі вапны як будаўнічага матэрыялу і аб яго новых сховічах. У кнізе прыводзяцца словы вядомага вучонага, выхаванца і выкладчыка Горы-Горацкага земляробчага інстытута А.В.Саветава аб тым, што Каралёў вельмі палюбіў будаўнічую справу, прымаючы ўдзел ва ўзвядзенні новых памяшканняў земляробчага інстытута.

У 1858 г. Каралёў пераехаў у Маскву і заняў пасаду дырэктара сіроцкага дома, затым выкладчыка і інспектара класаў Маскоўскай рамеснай навучальнай установы, а ў 1863 г. быў прызначаны дырэктарам II Маскоўскай гімназіі. Піліп Мікалаевіч паклаў пачатак першых у Маскве жаночых сельскагаспадарчых курсаў.

З 1870 па 1876 гг. узначальваў Пятроўскую земляробчую і лясную (цяпер Цімеразеўскую) сельскагаспадарчую акадэмію.

Цікава, што пра гэты перыяд жыцця П.М.Каралёва падаецца ў кнізе пісьменніка У.Г.Караленкі "История современника" (М., 1976). У раздзеле "В Петровской академии" аўтар расказвае, як трапіў на прыём да Каралёва: "У рэктарскім кабінеце мяне прыняў сівы стары невялікага росту, з вялікай галавой, буйнымі рысамі твару і суровым выглядам".

На пасадзе рэктара Каралёў працаваў да 1876 г., калі ён быў прызначаны членам Савета Міністэрства дзяржаўнай маёмасці. Пераехаў у Пецярбург і на працягу 15 гадоў быў старшынёй II тэхнічнага аддзялення Вольнага эканамічнага грамадства.

На ўласныя сродкі пабудаваў у роднай вёсцы Харкаўскай губерні школу. Шмат друкаваўся... Памёр 9 кастрычніка 1894 г.

Такі лёс чалавека, якому пісаў лісты Т.Р.Шаўчэнка і які дапамагаў, а таксама ліставаў украінскаму паэту.

Пра што "горацкія" лісты?

Перш за ўсё трэба адзначыць, што гэтыя лісты маюць вялікую каштоўнасць для вывучэння біяграфіі паэта, таму што вядомы толькі два лісты таго перыяд.

У "горацкіх" лістах Шаўчэнка ўпершыню паведамляе пра паездкі ў Швецыю і Данію, пра дакладную дату напісання паэмы "Гамалія".

З лістоў можна ўстанавіць і гістарычныя крыніцы, якімі карыстаўся паэт пры напісанні гэтай паэмы. Гэта дасланыя П.М.Каралёвым зборы народных песень і дум "Запарожская старына" (Харкаў, 1833-1836 гг.).

У лістах Шаўчэнка расказвае пра свае выдавецкія справы, пра тое, што ў цяжкую хвіліну яму давялося прадаць правы на выданне ўсіх сваіх твораў.

З лістоў бачна, што Каралёў аказваў паэту і матэрыяльную дапамогу. Ён распаўсюджваў сярод харкаўчан творы Шаўчэнкі. Атрымманыя грошы дасылаў паэту. Вядома, што з першым лістом паэт прыслаў Каралёву 7 асобнікаў сваёй паэмы **"Гайдамакі"**, адзін – у падарунак, шэсць – для продажу.

Цікава, што ў лістах адчуваецца глыбокае асабістае сяброўства і прыхільнасць. Так, у першым допісе Тарас Рыгоравіч адзначае: "Дзякуй табе, добры чалавек, за ласкавае слова, за грошы..." У другім: "Дзякуй табе, мой голуб, што хоць ты мяне не забываеш. Прачытаў я тваё ласкавае пісьмо..."

Ці былі знаёмы?

На наша запытанне вучоны захавальнік фондаў аддзела рукапісаў Інстытута літаратуры імя Т.Р.Шаўчэнкі Акадэміі навук Украіны А.М.Палатай адказаў, што звестак пра асабістае сяброўства Шаўчэнкі і Каралёва не выяўлена.

У снежні 1995 г. у час навуковых чытанняў, што праходзілі ў Магілёўскім абласным краязнаўчым музеі, да мяне звярнулася журналістка **Аксана Сяргееўна Булгакава,** заслужаны работнік культуры Расіі. Яна пераехала з Чалябінска у Магілёў. Прагдядваючы падшыўку газеты "Магілёўская праўда", журналістка звярнула ўвагу на мой артыкул **"Пісьмы Тараса Шаўчэнкі"** (29 верасня, 1988 г.) і параіла звярнуцца да вялікага знаўцы жыцця і творчасці кабзара **Леаніда Навумавіча Бальшакова,** які жыве ў Арэнбургу.

Бальшакоў напісаў, што лічыць, што Шаўчэнка і Каралёў асабіста не сустракаліся. Відаць, сябравалі па перапісцы. Даследчык таксама паведаміў, што захаваўся адзіны ліст Каралёва да паэта. Яго мы знайшлі ў зборніку **"Листи да Т.Г.Шевченко"** (Кіеў, 1993. С. 17-18). У допісе Каралёў адзначае: "Браце! (Ці можна цябе так зваць). Бо я цябе палюбіў, дужа палюбіў так, як брата..."

Далей Каралёў расказаў пра сваё ўспрыманне "Кабзара" Т.Р.Шаўчэнкі, пра тое, як ён распаўсюджваў у Харкаве квіткі на выданні паэта, пра пасылку яму зборніка "Запарожская старына".

З 1847 г. сувязь паміж сябрамі магла спыніцца, таму што паэт за ўдзел у працы Кірыла-Мяфодзіеўскага таварыства быў арыштаваны і сасланы радавым.

У 1858 г. Шаўчэнка вярнуўся ў Пецярбург, а П.М.Каралёў паехаў з Горак у Маскву. З кнігі **"Шевченко в Москве"** (Кіеў, 1989. С. 12) бачна, што Т.Р.Шаўчэнка бываў у Маскве у 1858 і 1859 гадах. Ці сустракаліся там былыя сябры? На жаль, пра гэта нам невядома нічога.

Вядома, што ў 1859 г. Шаўчэнка з Пецярбургу прыязджаў ва Украіну. З горада Ахтырка Харкаўскай губерні ён адпраўляў 14 жніўня 1859 г. ліст у Горкі, пра што сведчыць канверт, дзе пазначаны П.М.Каралёў. Відаць, паэт не ведаў, што ў гэты час прафесар жыў ужо ў Маскве. Пра што на гэты раз пісаў Шаўчэнка Каралёву – невядома, бо гэты ліст пакуль не знойдзены.

Каралёў – той самы?

На гэтым можна было б і скончыць гэты матэрыял пра перапіску і сяброўства ўкраінскага паэта Шаўчэнкі і прафесара Горы-Горацкага земляробчага інстытута Каралёва, каб не адзін ліст, што прыйшоў адной-чы ў БДСГА. Аўтарам ліста быў украінскі літаратар **Мікалай Архіпавіч Шудры.**

Ён папрасіў даслаць звесткі пра Піліпа Каралёва, бо гэты чалавек аказаўся прадзедам акадэміка, галоўнага канструктара касмічных караблёў **Сяргея Паўлавіча Каралёва.**

Вось такія цікавыя сустрэчы бываюць на літаратуразнаўчых сцяжынках. Тут сутыкаюцца паэзія і механіка, будаўнічыя справы і космас.

■ Уладзімір Ліўшыц

Падпіска: 6.250 рублёў (на месяц), 18.750 рублёў (на квартал), 37.500 рублёў (на паўгода).

ПОЗДРАВЛЕНИЯ И ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ ПРИНИМАЮТСЯ ПО ТЕЛЕФОНУ 166 КРУГЛОСУТОЧНО

ПРОДАМ

НЕДВИЖИМОСТЬ

В ГОРКАХ

- срочно 2-комнатную квартиру в Горках, 57 кв.м., ул. Якубовского,76, лоджия 6 метров, подвал отличный. Тел. 5-11-39, 8-033-62-65-487 МТС.
- кирпичный дом в городе Горки, улица Миронова, отдельные комнаты, кухня, подвал, телефон, баня, гараж, сарай, газ по улице, 30000 у.е., или меняю на 2-комнатную квартиру. Тел. 8-029-630-74-62 Вел.
- дачу в районе Иваново. Тел. 8-029-742-36-34.
- Брус 12х24 см, длина от 2 м до 3 м, 7 кубометров. Тел. 8-033-627-20-95 МТС.
- дом под дачу в д. Шеваровка. Тел. 8-033-627-20-95 МТС.
- 2-комнатную квартиру напротив ледового дворца или меняю на большую 1-комнатную с вашей доплатой. Тел. 8-029-848-19-39.
- срочно 2-комнатную квартиру в агрогородке Ленино, 2 этаж, центр, рядом магазин, поликлиника, цена договорная. Тел. 388-90.
- дом, пер. Пионерский, дом 4, есть газ, вода, баня и участок для строительства с домом под снос. Тел. 8-029-698-77-49, 8-029-380-13-71.
- гараж в районе Учхоза 6х4, подвал, асфальтированный подъезд, 2000 у.е., гараж в районе Строителей, 6х8, с перегородкой, подвал, смотровая яма, оштукатурен, высокие ворота, свет, все документы, 5400 у.е., торг. Тел. 8-029-627-29-01.
- 2-комнатную квартиру в центре города, об. пл. 48.5 кв.м., 3/5 дома. Тел. 40-15-02 (Могилев), 8-029-331-34-28.
- 2-комнатную квартиру, д Комаровичи, по Могилевской трассе 5 км от Горок, 72.2 м.кв., земельный участок, хозпостройки. Тел. 8-044-70-80-501, 8-029-109-62-21.
- 2-комнатную квартиру г. Горки, общ. пл. 43 кв.м, 5/2 этажного дома, по ул. Якубовского, центр города. Тел. 8-029-24-755-65.
- дом д. Нежково, есть баня, сарай, гараж, погреб, участок 0,62 Га. Тел. 8-029-85-29-452.
- гараж, р. 6х4.5, высота 3 м, смотровая яма, район Строителей. Тел. 8-029-24-755-65.
- недостроенный дом по ул. Янки Купалы, 25 соток земли. Тел. 6-10-26, 8-029-98-790-37.
- 2-комнатную квартиру 57 кв.м. на 2 этаже по ул. Якубовского. Тел. 8-0297-494-094 МТС, 6-17-88.
- 1-комнатную квартиру проспект Интернациональный, 32, 1 этаж или обменяю на 2-комнатную квартиру. Тел. 8-029-113-83-10.
- двухкомнатную квартиру по проспекту Интернациональный, 30 и гараж в районе Белого ручья. Тел: 37 90 881 Велком.
- Деревянный дом в районе Слободы, обложен кирпичем, есть гараж, сарай, огород 6 соток, 16000 у.е., торг. Тел. 8-025-706-18-60 Лайф.
- 2-комнатную приватизированную квартиру, общ. пл. 49 кв.м, 7/9 кирпичного дома, южная сторона, проспект Интернациональный, дорого. Тел. 8-029-683-87-20 Вел.
- гараж в районе базы КБО (ул. Вокзальная). Тел. 8-029-146-70-17.
- дом кирпичный в районе Слободы, 140 кв.м, участок 8 соток, гараж. Тел. 8-025-612-57-26 Лайф.
- Кирпичный дом в деревне Задорожье, срочно, можно в рассрочку, цена договорная. Тел. 8-029-576-48-23 МТС.
- деревянный дом, общ. пл. 56 кв.м, по ул. Якубовского, сарай, подвал, баня, участок 13 соток, документы на реконструкцию, проект на воду и канализацию, газ на участке, 18000 у.е., рассмотрим все варианты. Тел. 8-044-70-47-642.
- 3-комнатную квартиру ул. Якубовского, 5, 1/5 этажного дома, общ. пл. 65 кв.м., евроремонт, центр города. Тел. 8-044-793-50-80.

В МСТИСЛАВЛЕ

- Дом в г. Мстиславль, общ. пл. 97.5 м кв, земельный участок 15 соток, с хозпостройками: сарай, баня, погреб. Тел. 8-033-629-25-22 МТС, 8-029-989-41-17 Вел.

В ДРИБИНЕ

- дом в Дрибине ул. Комсомольская, 53, цена договорная. Тел. 8-02233-59-224 (Горки).

АВТО И ЗАПЧАСТИ

- Мицубиси Каризма, 1997 г.в., 1.9TD, 4300 у.е. Тел. 8-029-746-31-37, 8-029-744-94-77 мтс.
- ВАЗ-21099, 93 г.в., 1,5 бензин, состояние хорошее, 1700 у.е.. торг. Тел. 8-033-629-32-46.
- Форд Фиеста 1.3 Б, в хорошем состоянии, недорого. Тел. 8-044-732-5-118 Вел.
- ВАЗ 2106, V1.5 бензин, 87 г.в., светло-бежевый, 900 у.е., возможен торг. Тел. 8-029-174-84-07.
- Форд Мондео, 96 г.в., универсал, черный. 1,8 TDi. Тел. 8-029-740-32-44 МТС.
- гидравлический домкрат 5 тонн, винтовой для легковых автомобилей. Тел. 517-64.
- 4-колесный самодельный трактор с плугом, цена договорная. Тел. 8-029-311-85-23.
- Ауди 80 В4, 92 г.в., зеленый перламутр, 2,0, в отличном состоянии, цена договорная. Тел. 8-029-652-90-57.
- Тойота Авенсис, 98 г.в., 2.0 турбодизель, темно-синий, состояние хорошее, сервисная книга, 2 комплекта шин на л/д. Тел. 8-029-542-23-82, 8-029-175-06-71.
- запчасти к ВАЗ, Москвич остатки, дешево. Тел. 8-029-681-31-90 Вел.
- ВАЗ 2105, 1988 г.в., состояние хорошее, 700 у.е., торг. Тел. 8-033-625-51-47 МТС.
- Опель Зафира 2000 г.в., 2.0 дизель, цена договорная. Тел. 8-044-539-66-52.
- Ауди 100, сигара, 84 г.в., 1.8 газ/бензин, 1100 у.е., срочно. Тел. 8-025-989-57-07 Лайф.
- двигатель МТЗ УД-25 для мотоблока, 2х-цилиндровый, цена договорная. Тел. 8-033-627-07-98.
- новый Хаувей Хонер 2 (Хонер 1, б/у), Нокиа 3120, Сони Эриксон Сайбер Шот, Сони Эриксон С702, Самсунг D900, слайдер, Нокиа 1800, Сони Эриксон j10i2, беспроводная мышь Креатив, автоусилитель 4 выхода по 225 Вт, телевизор плазменный Keymat. 83 диагональ, немного б/у, коньки (Канада), р. 29-30, р. 39-40. Тел. 8-033-658-24-95 МТС.
- аккумулятор новый и аккумулятор б/у в хорошем состоянии. Тел. 618-96, 8-044-739-72-65.
- запчасти для Ниссан Примера, 91-95 года, 2.0D, двигатель по запчастям, КПП и другое. Тел. 8-029-842-41-35.
- Фольксваген Джетта 90 г.в. ,1.6 D, бежевого цвета, в отличном состоянии, 2500 у.е. Тел. 8-029-243-23-37, 3-51-86.
- 4 металлических и 2 литых диска к Мерседес-124, двери правые, левые, боковые, фаркоп, лонжерон к микроавтобус Фольксваген Т2, диски тормозные передние к Ситроен ХМ. Тел. 8-029-627-29-01.
- Две летние шины с дисками, р. 175х70 R13, пробег 500 км, 800 тыс. руб. Тел. 8-029-240-36-48 МТС.
- автоген все кроме баллонов, 600 тыс., умывальник Керамин с пъедесталом, белый, 250 тыс., кровельный материал Катепал, 8 кв.м., 500 тыс., плинтус деревянный, б/у в хорошем состоянии, 5 тыс. руб. 1 м., два металлических котла в баню по 1 млн. 200 тыс., за каждый, ванна чугунная 1.70 со смесителем, в хорошем состоянии, производство Франция, 600 тыс., душевая кабина, летняя, металлическая + бочка полиэтиленовая, 500 тыс. Тел. 8-029-627-29-01.
- мотоцикл ИЖ, на запчасти, или на восстановление. Тел. 8-029-748-35-26 МТС.
- УАЗ-469 на ходу. Тел. 8-029-607-59-53.
- Запчасти для Фольксваген Джетта 1986 г.в. 1,6 МКПП 5-ти ступ. дизельная, кузов, сиденья, все по ходовой, балки, рейка рулевая, радиатор, бампер, люк и др. Тел. 8-029-183-21-41.

ТЕХНИКА

- стиральную машину автомат б/у. Тел. 8-029-246-08-63 Мтс.
- газовую плиту 4-конфорную Гефест, мягкий уголок тройка (2 дивана+ кресло), диваны раскладываются вперед французская раскладушка, велюровый, коричневый, все б/у, в хорошем состоянии, цена договорная. Тел. 8-029-91-28-113.
- две стиральные машины: Ока, б/у, Алеся новую. Тел. 586-21, 8-029-91-86-045 вечером.
- ноутбук Toshiba, 15.6 ", Windows 8, процессор i3. Тел. 8-029-748-32-16 МТС.
- сварочный аппарат 1991 г.в., 980 тыс. руб., электрический проточный водонагреватель 6.5 кВт, 600 тыс. руб. Тел. 8-029-61-16-403.
- мельницу, инкубатор, доильный аппарат на 220 Вольт. Тел. 8-029-719-42-95 МТС.
- холодильник Минск, б/у, в отличном состоянии. Тел. 8-029-747-21-26 МТС.
- компьютер, недорого. Тел. 8-029-235-05-10.
- ЖК телевизор Samsung 43 дюйма(109см) плазма-4,9млн. Планшет MSI Enjoy 71, новый с гарантией-1,3млн. Внешние жесткие диски 1Tb и 2Tb -650тыс. и 950тыс. Мобильный телефон Huawei G300 -790тыс. velcom 8(029)6622720.

ПРОДУКТЫ

- свинину живым или убойным весом, со своего подворья. Тел. 8-029-740-64-46, 36-147.
- козье молоко и дойную козу. Тел. 540-87.
- свинину со своего подворья живым или убойный весом. Тел. 8-029-842-24-96 МТС.
- мед лесной, прополис не дорого. Тел. 80223351223, 80291413923.

МЕБЕЛЬ

- Детская кровать Икея, белого цвета, с реечным дном, 165х75, с матрасом. Тел. 53-113.
- диван-кровать двухярусный. Тел. 6-12-51, 8-029-542-38-38.
- полуторную кровать, цвет ольха, с ортопедическим матрасом. Тел. 8-025-702-89-81, 55-252.
- стенку 4-секционную, б/у в хорошем состоянии, цена договорная. Тел. 8-029-388-44-23.
- переносной металлический гараж р. 2.5х5, набор корпусной мебели "Вежа", длина 3.6 м, набор мягкой мебели, тумба секретер, зеркало навесное, одежда для мальчика р. 30-38. Тел. 5-27-05, 8-029-145-31-35.
- спальню, с матрацем, стол компьютерный, все б/у, в хорошем состоянии. Тел. 8-029-374-21-98 после 18-00.
- мебель для спальни, б/у. Тел. 8-029-241-06-02.
- две детских кроватки размер 140х65, кожу обувную 3 м. кв., черную, фильтр обсадной для очистки воды в скважине, плиту газовую Гефест, б/у, два оконных блока деревянных с рамами, новые, 145х85, два комплекта колпаков R14 один из них на Мицубиси. Тел. 8-029-627-29-01.
- мебель б/у, мягкий уголок, стол журнальный, шкаф, можно для дачи. Тел. 8-029-354-11-27, 542-56 после 20-00.
- шкаф 2-х створчатый, состояние нового, б/у, торговая палатка. Тел. 8-029-986-42-45 Вел.
- секция 3,5 метра б.у. в хорошем состоянии. Тел: 5 29 31, 320 47 24 Велком, 548 97 33МТС.

ДЛЯ ДЕТЕЙ

- детский стлол-стул для кормления, 250 тыс. руб. Тел. 5-57-79, 8-025-706-18-60 Лайф.
- детская кроватка, б/у, в хорошем состоянии. Тел. 8-029-178-93-35, 566-28.
- детские ролики, цена договорная. Тел. 8-044-73-81-057.
- Коляска 2в1. Детские качели. Складная конструкция Детская кроватка с маятником+матрац 8 (029) 6622720 Velcom.

ОДЕЖДА И ОБУВЬ

- очень красивое свадебное платье, модель "рыбка", 1 раз б/у только фотосессия, р. 42-44. Тел. 5-38-08, 8-029-746-94-89 МТС.
- платья для выпускного, р. 42-44. Тел. 8-029-24-55-333.
- хоккейные коньки Найк р. 43. Тел. 8029-540-14-22.

ЖИВОТНЫЕ И ПТИЦА

- поросят венгерской мангалицы, весы хозяйственные на 500 кг. в отличном состоянии, сварочный аппарат самодельный на 220 В, DVD диски из домашней коллекции. Тел. 8-029-698-85-68 Вел, 8-029-744-66-61 МТС.
- поросят вьетнамских вислобрюхих, овец помесь романовской породы с породой тексель. Тел. 8-02248-233-42 **(Дрибин)**, 8-029-544-86-64 МТС, 8-029-846-41-71.
- 2 индюшки, 200 тыс. за одну. Тел. 8-029-243-48-18 МТС, 8-029-360-12-92 Вел, 58-039.
- цыплят домашних, возраст 2 и 3 месяца, 40 и 50 тысяч, козлята от высокопродуктивной козы, возраст 2 месяца, цена 150 тысяч за штуку, кролики, породистые, самка 300 тысяч. Тел. 47-525 после 1800, 8-033-66-13-398 МТС, 8-029-398-13-38 Вел.

ДЛЯ ДОМА

- доска пола, блок-хаус, после тех. сушки, любые размеры, качество высокое, возможна доставка. Тел. 8-029-648-81-51, 8-029-608-31-94.
- матрас пружинный б/у, 190х160, 100 тыс. руб. Тел. 8-029-102-63-30 вел.
- ковер б/у, 1,8х2,6, недорого, состояние отличное. Тел. 8-029-548-38-23.

ДРУГОЕ

- пчелосемьи вместе с домиками. Тел. 8-029-244-62-83.
- ворота 3х1.95 + калитка ширина 90х1.95, металлические. Тел. 549-56, 8-029-24-77-231, 8-044-745-89-71.
- фундаментные блоки, б/у, две плиты перекрытия. Тел. 8-029-102-63-30 вел.
- полубрус. Тел. 8-029-983-88-26 Вел.
- навозоразбрасыватель РОУ-6, цена договорная. Тел. 5-19-69 после 18-00.
- велосипед Mongoose Crossway 150 гибрид в отличном состоянии. Тел. 8-029-841-70-32.
- дрова, сухие, хвойных пород. Тел. 8-029-691-04-22, 8-029-542-35-90.

МЕНЯЮ

- дом на 1-комнатную квартиру, район Слободы, или продаю, возможна рассрочка. Тел. 8-029-740-10-88 МТС.

КУПЛЮ

- прицеп к легковому автомобилю можно б/у, недорого. Тел. 529-73, 8-025-72-20-912 Лайф, 8-025-72-20-913 Лайф.
- запорожец. (33) 679-32-14, мтс.
- мотоцикл Минск. Тел. 8-029-326-51-72 Вел.
- автокатализатор, и газовую колонку на запчасти. Тел. 8-029-898-45-80.
- советские фарфоровые статуэтки, можно с дефектами. Тел. 8-029-842-40-33, 8-029-388-48-40.
- фаркоп к Пежо 406, универсал. Тел. 618-96, 8-044-739-72-65.
- авто любой, можно неисправный, битый или в хорошем состоянии. Тел. 8-029-697-32-56, 8-029-547-78-26.
- автомобиль в любом техническом состоянии, требующий любых работ, можно в отличном состоянии. Тел. 8-033-693-76-77 МТС, 8-044-76-78-709 Вел.
- фрезу и прицеп к мотоблоку МТЗ. Тел. 8-029-956-39-32.
- шкаф-купе б/у. Тел. 7-87-60, 8-033-691-36-45 МТС.
- автомобиль в любом состоянии, на ходу и ли нет, заберу сам. Тел. 8-044-795-14-56.
- Авто для себя иномарку надоевшую вам в любом состоянии, можно аварийную либо не на ходу, заберу сам, срочно, для вас дорого в любое время. Тел. 8-029-371-96-31, 8-029-549-42-42.

ИЩУ РАБОТУ

- по всем видам отделочных, внутренних работ. Тел. 8-044-729-00-91.
- по всем видам отделочных и строительных работ. Тел. 79-569, 8-029-744-19-73.
- Сложу печку. Тел. 8-029-983-88-26 Вел.
- штукатура, можно разовую, рассмотрю все варианты. Тел. 8-033-37-288-06 МТС.
- подработку сторожем в любое время.
- или подработку, по малярным работам. Тел. 8-029-176-08-41.
- Тел. 8-033-38-80-128 МТС, 61-435.
- строителя-отделочника, сантехника, все виды работ. Тел. 8-029-545-64-93.

НУЖДАЮСЬ В УСЛУГАХ

- мастера по изготовлению теплицы. Тел. 5-91-54, 8-044-482-67-18 Вел.

СДАЮ

- большую комнату в 3-комнатной квартире студентам заочникам, проживание с хозяйкой, район академии. Тел. 8-033-627-07-56.
- комнату для заочников. Тел. 8-029-744-88-75.

СНИМУ

- квартиру или комнату на длительный срок. Тел. 8-025-526-51-27 Лайф.
- Молодая семья без детей снимет квартиру на длительный срок, оплата высокая. Тел. 8-029-743-57-06.

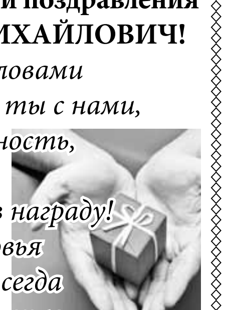
Частные объявления и поздравления в «УзГорак» принимаем по телефону: 166.
(Круглосуточно из Горок, Дрибина, Мстиславля. Услуга платная).
Бесплатно принимаем объявления: на e-mail: uzgorak@gmail.com, а в Горках – в магазине «Фея».

Реклама юридических лиц и индивидуальных предпринимателей под видом частных объявлений **не принимается.** Редакция не несет ответственность за содержание объявлений, а также за искажения и ошибки в тексте, допущенные операторами службы 166.

ВІНШУЕМ!

С гордостью за такого человека, за хорошего мужа, любящего папу, за своего сыночка и братишку, за его доброту, ласку, уважение в честь юбилея пусть примет наши поздравления - СТАХОВСКИЙ АНДРЕЙ МИХАЙЛОВИЧ!

От чистого сердца простыми словами
За то, что ты есть, за то, что ты с нами,
За доброе сердце, за ласки и нежность,
Что ты всем всегда отдаешь,
Что жизнь нам тебя подарила в награду!
Тебе много счастья, удач и здоровья
И веря, что жизнь твоя будет всегда
Полна благородства, надежд и тепла.



■ Любящие тебя мама и сестра Алеся

АБЛАСНАЯ АГУЛЬНАПАЛІТЫЧНАЯ ГАЗЕТА
УзГорак
Галоўны рэдактар – БУДНАЯ ГАЛІНА ДЗМІТРЫЕЎНА

ВЫХОДЗІЦЬ АДЗІН РАЗ НА ТЫДЗЕНЬ ПА ЧАЦВЯРГАХ.
Зарэгістравана Міністэрствам інфармацыі Рэспублікі Беларусь 24 красавіка 2009 г. Пасведчанне №311.
Заснавальнік і выдавец – прыватнае гандлёва-вытворчае ўнітарнае прадпрыемства "Узгорак".

Юрыдычны адрас рэдакцыі: 213410, Магілёўская вобл., г.Горкі, вул.Якубоўскага, д.22, к.3.
УНП 790485282, р/р 3012460082012 у ЦКА №2 дырэкцыі ААТ "Белінвестбанк" па Магілёўскай вобл., код 739.
Адрас банка: Магілёўская вобл., г.Горкі, вул.Леніна, 20.

ТЭЛЕФОН РЭДАКТАРА: 8 033 628 32 99.
E-MAIL: uzgorak@gmail.com
НАКЛАД 1500 АСОБНІКАЎ

№10 (248) ад 13 сакавіка 2014 г. Заказ №2399. Падпісана ў друк 12 сакавіка 2014 г. у 14.10. Надрукавана ў Магілёўскай абласной узбуйненай друкарні імя Спірыдона Собаля. Адрас друкарні: 212030, г.Магілёў, вул.Першамайская, 70.

Фармат А3, аб'ём – два ўмоўныя друкарскія аркушы фармату А2. **ПАДПІСНЫЯ ІНДЭКСЫ: 63800 (ІНДЫВІДУАЛЬНАЯ ПАДПІСКА), 638002 (ВЕДАМАСНАЯ ПАДПІСКА).** Цана ў розніцу свабодная.